

「本当の本物をお届けしたい…。」その思いを込めて。

ナチュラビロジー★クック



商品カタログ

2021. 6

食べることは生きることの基本

食の原点とはやはり『素材そのものが持つ力を頂くこと』ではないでしょうか。
巷に溢れる食べ物は、儲けや流通の利便性を優先するあまり添加物が多く、
素材がもつ力が弱いと感じませんか？本当は体に良くないだろうな…
と思いながらも無難に食品を選んではいませんか？

ナチュラビロジ★クックでは人間本来の生命力・自然治癒力を取り戻し、
発揮させるような素材を厳選し安心して素材の力を頂けるお惣菜を全国の方々にお届けします。

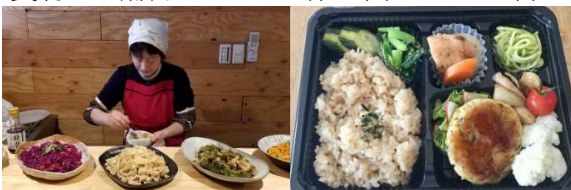
お店のこだわり

- ・ 基本的には「自然栄養療法」に沿った考え方・手法で調理をすること
- ・ 精製された砂糖や塩は使わないこと
- ・ 調味料は昔ながらの製法のもの・不必要な手を加えない自然なものであること
- ・ 牛肉はグラスフェッド（放牧で主に草を食べて育てられた）であること
- ・ 遺伝子組み換えでない自然な材料であること
- ・ 肉や卵は無投薬のものであること
- ・ 遺伝子組み換えでない餌を与えていること
- ・ 出来るだけ素材の味を活かす調理・味付けであること
- ・ 素材は可能な限り無農薬や有機栽培であること
- ・ 卵は放し飼いもしくは平飼い有精卵であること
- ・ 化学的に作られた調味料・不必要な添加物・保存料・着色料は不使用であること
- ・ 可能な限り包装はBPAフリーのものであること

レシピ開発者のご紹介

体に優しい食材を使った料理教室とお弁当の販売 古川直子さん

古川直子さんは体に優しい食材を使った料理教室とお弁当の製造販売を行いながら
ナチュラビロジ★クックにてお惣菜・スイーツのレシピ開発・調理をご担当頂いております。
アレルギーなどをお持ちの方々にも
安心してお召し上がりいただけるお惣菜も全国の方にお届けいたします。
食材と会話するように作り出されるお料理は、食べる人を優しい気持ちにしてくれます。



神戸にある自然派フレンチレストラン『ビストロヒマワリ』さん

ビストロヒマワリさんでは素材にとことんこだわったフレンチを提供されています。
全国にファンも多く、この機会に是非全国の沢山の方々に、
ヒマワリさんの素晴らしい料理を食べて頂きたいと思いレシピ開発を依頼しました。
安心素材で絶品のお料理をお届けいたします。



グルテンフリーの表示について →

完全なグルテンフリー ☺グルテンフリー

調味料に小麦を使用 (例:醤油) ☺準グルテンフリー

★おすすめのセット★

A1. 笑みがこぼれる絶品ディナーセット 3,456円 (税256円)

トータルバランスを考えた優しい定食です。



- ① ご飯・味噌汁・ハンバーグ・さつまいもとアボカドの美人サラダ・切り干し大根の煮物
② ご飯・味噌汁・コロッケ・ごぼうとセロリのきんぴら・小松菜の煮浸し

商品内容

木村式自然栽培米「朝日」(岡山県産) 五分づきご飯(150g) 1食+玄米(150g)1食

お味噌汁(120g) × 2杯

メインのおかず×2品 (ハンバーグ120g・コロッケ50g×2個)

お惣菜×4品 (ごぼうとセロリのきんぴら40g・さつまいもとアボカドの美人サラダ80g

小松菜の煮浸し70g・切り干し大根の煮物50g)

配達温度帯 冷凍便

アレルギー物質 大豆/小麦(醤油)/卵

☺準グルテンフリー

原材料

五分づきご飯、玄米→木村式自然栽培米「朝日」(岡山県産)

お味噌汁→季節の野菜2〜3種類・米みそ/出汁:いりこ

ハンバーグ→グラスフェッドビーフ・玉ねぎ・卵・オートミール・食塩・胡椒・赤ワイン(フランス産)・ナツメグ・オリーブ油・米粉(高知県産)

ひよこ豆のコロッケ→種:ひよこ豆・玉ねぎ・オートミール・食塩・黒胡椒・タマシ・ナツメグ/衣:米粉(高知県産)/揚げ油:オリーブ油

ごぼうとセロリのきんぴら→ごぼう・セロリ・梅干・梅酢・ゴマ油

さつまいもとアボカドの美人サラダ→さつまいも・アボカド・キヌア・練りごま・レモン果汁・食塩(アボカドは有機ではない)

小松菜の煮浸し→小松菜・油揚げ・醤油

切り干し大根の煮物→切り干し大根・人参・油揚げ・醤油・塩

賞味期限 製造日から60日(パッケージに記載)

A2. グラスフェッドビーフハンバーグセット 1,458円 (税108円)

当店イチオシのセットです。



商品内容

グラスフェッドビーフのふっくらハンバーグ、さつまいもとアボカドの美人サラダ、青菜のお惣菜

配達温度帯 冷凍便

内容量 ハンバーグ1個/120g、さつまいもとアボカドの美人サラダ 80g、小松菜の煮浸し70g

アレルギー物質 卵、ごま、醤油に大豆・小麦を含む

原材料 ハンバーグ: グラスフェッドビーフ・玉ねぎ・卵・オートミール・食塩・胡椒

赤ワイン(フランス産)・ナツメグ・オリーブオイル・米粉(高知県産)

☺準グルテンフリー

さつまいもとアボカドの美人サラダ: さつまいも・アボカド・キヌア・練りごま・レモン果汁・食塩(アボカドは有機ではない)

小松菜の煮浸し: 小松菜・油揚げ・醤油

賞味期限 製造から60日(パッケージに記載)

A3. <ボーンブロス>骨付き鶏の野菜スープセット 消化も良く胃腸に優しいおかずを食べたい時オススメのセットです

1,458円 (税108円)

☺準グルテンフリー



商品内容 骨付き鶏の野菜スープ・小芋の煮っころがし・レンコンのきんぴら(海苔風味)

配達温度帯 冷凍便

内容量 骨付き鶏の野菜スープ/250g、小芋の煮っころがし/50g、レンコンのきんぴら(海苔風味) 40g

アレルギー物質 醤油に大豆・小麦を含む

原材料

骨付き鶏スープ: 手羽元・たまねぎ・人参・長ネギ・しいたけ・しょうが・食塩・酢・胡椒・棗(なつめ)

小芋の煮っころがし: 小芋・醤油

レンコンのきんぴら海苔風味: レンコン・海苔・エキストラバージンオリーブオイル・食塩・醤油

賞味期限 製造から60日(パッケージに記載)

A4. ひよこ豆とオートミールのコロッケセット 動物性をあまり食べたくない時はコレ！

1,080円(税80円)

😊準グルテンフリー



コロッケと言えばジャガイモが定番ですが、ジャガイモはGI値が高く血糖値の乱高下を招きかねませんので注意が必要です。その代わりにひよこ豆を使ってコロッケにしています。

商品内容 ひよこ豆とオートミールのふわもちコロッケ(2個)、レンコンのきんぴら海苔風味、ほうれん草のお浸し

配達温度帯 冷凍便

内容量

ひよこ豆とオートミールのふわもちコロッケ(2個入り)1個/50g、レンコンのきんぴら海苔風味40g、ほうれん草のお浸し45g

アレルギー物質 醤油に大豆・小麦を含む

原材料

コロッケ種：ひよこ豆・玉ねぎ・オートミール・食塩・黒胡椒・クミンシード・ナツメグ/衣：米粉(高知県産)/揚げ油：オリーブオイル

レンコンのきんぴら海苔風味：レンコン・海苔・エキストラバージンオイル・食塩・醤油

ほうれん草のお浸し：ほうれん草、かつおぶし、みりん(国産)、酒(国産)、醤油

賞味期限 製造から60日(パッケージに記載)

A5. 五分づきご飯セット 670円(税50円)

😊グルテンフリー



A6. 玄米ご飯セット 670円(税50円)

😊グルテンフリー



おかずがあるのにご飯がない。炊くのが大変。こんな時はご飯とお味噌汁のセットが便利です

大変貴重な木村式自然栽培米『朝日』を土鍋で丁寧に炊き上げたご飯は、高アミロース米なのでさっぱりとした食感で優しい甘さが特徴で、おかずにととてもよく合います。血糖値の上昇も他のお米に比べてゆるやかです。

商品内容 木村式自然栽培米「朝日」五分づき米又は玄米ご飯、こだわり味噌の具沢山お味噌汁

配達温度帯 冷凍便

内容量 ごはん：150g(炊飯済)、こだわり味噌の具沢山お味噌汁：120g

アレルギー物質 味噌に大豆を含む

原材料 ごはん：木村式自然栽培米「朝日」(岡山県産)五分づき米又は玄米

味噌汁：き説の野菜(季節によって変わります)・米みそ/出汁：いりこ

賞味期限 製造から60日(パッケージに記載)

★メインのお惣菜★

B1. グラスフェッドビーフ100%ハンバーグ

自社キッチンでミンチから手作りしています。

702円（税52円）

☺グルテンフリー



グルテンフリー

ニュージーランド産グラスフェッドビーフ(放牧牛)100%のハンバーグで、オメガ3が豊富です。牛肉本来の味を楽しんでみて下さい。牛脂が少なくオリーブオイルで調理しているのでさっぱりとした味わいですが食べると見た目よりボリュームがあります。

配達温度帯 冷凍便

内容量 1個/120g

アレルギー物質 卵

原材料 グラスフェッドビーフ・玉ねぎ・卵・オートミール・食塩・胡椒・赤ワイン（フランス産）
・ナツメグ・オリーブオイル・米粉（高知県産）

賞味期限 製造から60日(パッケージに記載)

B2. ひよこ豆とオートミールのふわもちコロッケ（2個）

ジャガイモ無し・グルテンフリー！

432円（税32円）

☺グルテンフリー



ひよこ豆で作っているため植物性たんぱく質をしっかりと摂ることができます。

クミンシードがふわっと香り食欲をそそります。

オリーブオイル100%で揚げていますので解凍後も軽い食感のままお召し上がり頂けます。

商品内容 ひよこ豆とオートミールのふわもちコロッケ(2個)

配達温度帯 冷凍便

内容量 2個入り/1個あたり50g

アレルギー物質 ———

原材料 種：ひよこ豆・玉ねぎ・オートミール・食塩・黒胡椒・クミンシード・ナツメグ

賞味期限 製造から60日(パッケージに記載)

B3. <ボーンブロス>骨付き鶏の野菜スープ

胃腸の弱った時にもおすすめです

648円（税48円）

☺グルテンフリー



抗生物質不使用・餌まで管理された鶏の骨付き肉をコトコトと半日煮込み1日以上寝かせたスープです。

安心な鶏の骨からは吸収しやすいタンパク質等の栄養素が沢山スープにしみ出します。

商品内容 骨付き鶏の野菜スープ(250g)

配達温度帯 冷凍便

内容量 1食/250g

アレルギー物質 ———

原材料 手羽元・たまねぎ・人参・長ネギ・しいたけ・しょうが・食塩・酢・胡椒・なつめ

賞味期限 製造から60日(パッケージに記載)

B4. グラスフェッドビーフ頬肉の赤ワイン煮込

ビストロヒマワリ

1,944円（税144円）

☺グルテンフリー



固い牧草を食べる牧草牛の頬肉はよく動かすため、筋が多く 煮込むと柔らかいゼラチン質になります。

野菜とお肉の旨味が凝縮したソースと一緒に楽しみください。

商品内容 自然牧草牛の頬肉の赤ワイン煮込み

配達温度帯 冷凍便

内容量 150g

アレルギー物質 乳

原材料 牛頬肉、赤ワイン、玉葱、人参、トマト、セロリ、グラスフェッドバター、野菜のブイヨン、食塩、胡椒、タイム、ローリエ、クローブ

赤大根、大根、スウェーデンかぶ、チンゲン菜(付け合わせの野菜は季節によって変わります。)

賞味期限 製造から60日(パッケージに記載)

B5. 合わせみそでまろやかサバの味噌煮

サバを白みそ・米みその合わせみそで砂糖不使用で煮ています

4 3 2 円 (税 3 2 円)

☺準グルテンフリー



生姜がピリリときいていて、ご飯のお供にぴったりです。

ホッと温まる 生姜も是非お召し上がりください。(腹・背はお任せになります)

商品内容 合わせ味噌でまろやかサバの味噌煮

配達温度帯 冷凍便

内容量 1個/55g

アレルギー物質 みそ・醤油に大豆・小麦を含む

原材料 サバ・生姜・白みそ・米みそ・酒(国産)・醤油・みりん

賞味期限 製造から60日(パッケージに記載)

B6. ニュージーランド産自然牧草牛のローストビーフ

2, 3 2 2 円 (税 1 7 2 円)

ビストロヒマワリ

☺グルテンフリー



お祝いの席の食卓が華やぐこと間違いなしのローストビーフは

オードブルとしても、またメインのお肉料理としてもお楽しみ頂けます。※季節のお野菜付きです！

商品内容 ニュージーランド産自然牧草牛のローストビーフ

配達温度帯 冷凍便

内容量 100g

アレルギー物質 乳

原材料 牛肉(ニュージーランド産) / ソース: 野菜のブイヨン(玉葱、人参、セロリ、昆布、キノコ)、
ミルポア(玉葱、人参、セロリ、ニンニク)、 トマト、ブーケガルニ(タイム、ローリエ、セロリ、
パセリ)、赤ワ赤ワイン、グラスフェッドバター(ニュージーランド産)、塩、胡椒

季節の野菜: 白菜、人参、大根、里芋

賞味期限 製造から60日(パッケージに記載)

解凍方法 自然解凍、または流水解凍 解凍後はなるべくお早めにお召し上がり下さい

B7. 鶏の骨付きもも肉のロースト

無投薬で安心な骨付もも肉のローストです！

1, 6 2 0 円 (税 1 2 0 円)

☺グルテンフリー



無投薬鶏の骨付きもも肉を宮古島の雪塩®と黒胡椒のみで漬け込みローストしました。

一本でたっぷり370g前後ありますのでお二人で一本を切り分けてもいいですね。

味付けは塩と胡椒のみで鶏の味を存分に楽しめます。

商品内容 鶏の骨付きもも肉のロースト 1本(370g)

配達温度帯 冷凍便

内容量 1本/370g

アレルギー物質 ———

原材料 無投薬鶏、食塩、黒胡椒、エクストラバージンオリーブオイル

賞味期限 製造から60日(パッケージに記載)

B8. グラスフェッドビーフのロールキャベツ

トマトソースで煮込んだ味わい深い一品です！

1, 0 8 0 円 (税 8 0 円)

☺グルテンフリー



たっぷりお野菜の旨味とトマトの旨味が奥深い味を出してくれます。

卵も小麦粉も不使用ですので、アレルギーのある方にもお召し上がり頂けます。

グルテンフリー・卵不使用

商品内容 グラスフェッドビーフのロールキャベツ

配達温度帯 冷凍便

内容量 2個 250g

アレルギー物質 ———

原材料 キャベツ、グラスフェッドビーフ(ニュージーランド産)、玉葱、人参、
干し椎茸、オートミール、かんぴょう、パッサータ、赤ワイン(フランス産)、食塩(雪塩®)、
胡椒、ナツメグ、ローリエ(香り付け)

賞味期限 製造から60日(パッケージに記載)

B9. 揚げない鶏もも肉の唐揚げ

無投薬で安心なもも肉をオーブンで唐揚げ風に仕上げました！

562円（税42円）

😊グルテンフリー



ご希望の多かった唐揚げが登場です。油で揚げずにオーブンでグリルすることで

とてもヘルシーな唐揚げができました。もちろん安心無投薬鶏です！

（食感は油で揚げた唐揚げとは異なります）

商品内容 揚げない鶏もも肉の唐揚げ

配達温度帯 冷凍便

内容量 130g

アレルギー物質 大豆、小麦

原材料 鶏もも肉（国産）、醤油、酒（国産）、片栗粉、味醂（国産）、生姜、にんにく、オリーブ油

賞味期限 製造から60日（パッケージに記載）

B11. 野菜のスパイスカレー

お野菜の持つ旨味を活かしたお野菜だけの優しいカレー

432円（税32円）

😊準グルテンフリー



市販のカレーの様に小麦粉や油脂は一切使っていないので、食べた後も胃もたれなし！

それどころかスパイスの効果で消化も促進されて逆に胃腸がすっきりする方もいらっしゃるほどです。

根菜入りもこの時期ならではです！

商品内容 野菜のスパイスカレー

配達温度帯 冷凍便

内容量 200g

アレルギー物質 大豆・小麦

原材料 玉ねぎ、トマトピューレ（イタリア産）、カボチャ、キャベツ、人参、ゴボウ、味噌、白味噌、米粉（高知県産）、スパイス、オリーブオイル、醤油、カカオ、ソース、生姜、ニンニク、食塩

賞味期限 製造から60日（パッケージに記載）

B12. アジの南蛮漬け

昆布だしのさっぱり南蛮漬けです

497円（税37円）

😊準グルテンフリー



昆布だしを使ったまろやかな酸味ですので、酸っぱいのが苦手な方でもお召し上がりいただけます。

レモンも無農薬、ノーワックスのレモンです。

骨も一本一本手作業で抜いていますのでお子さまでも安心してお召し上がりいただけます。

商品内容 アジの南蛮漬け

配達温度帯 冷凍便

内容量 160g

アレルギー物質 醤油に大豆・小麦

原材料 アジ（産地はお問合せ下さい）、玉ねぎ、人参、昆布（北海道）、レモン、米酢（国産）、みりん（国産）、醤油、ココナッツシュガー、食塩（雪塩®）、EXVオリーブオイル

賞味期限 製造から60日（パッケージに記載）

B13. 放牧豚の柔らか揚げない酢豚

豚を揚げずに焼いて酢豚にしました！

648円（税48円）

😊準グルテンフリー



中華の定番「酢豚」の登場です。

スライスした放牧豚をクルクルと丸めてから、揚げずに焼くことで食感も柔らかく、とてもヘルシーな酢豚になりました。

商品内容 放牧豚の柔らか揚げない酢豚

配達温度帯 冷凍便

内容量 220g

アレルギー物質 醤油に大豆・小麦

原材料 放牧豚（長野、玉葱、人参、筍、ピーマン、パプリカ、ブロッコリー、木耳、醤油、味醂（国産）

米酢、米粉（高知産・除草剤1回）、生姜、食塩（雪塩®）、胡椒、ごま油、EXVオリーブ油

賞味期限 製造から60日（パッケージに記載）

★ 副 菜 ★

C1. さつまいもとアボカドの美人サラダ 4 3 2 円 (税 3 2 円)

女性を内側から美人にする美人サラダ♪ ヒット商品！！

😊グルテンフリー



腸を美人にするさつまいもに森のバターと言われるアボカド・スーパーフードのキヌアを入れた一品。

粗つぶしにしたほくほくのさつまいもに、キヌアのプチプチが相性抜群。

アボカドの風味がふわっと香ります。食べ応えのある一品です。

商品内容 さつまいもとアボカドの美人サラダ(80g)

配達温度帯 冷凍便

内容量 80g

アレルギー物質 ごま

原材料 さつまいも・アボカド・キヌア・練りごま・レモン果汁・食塩（アボカドは有機ではない）

賞味期限 製造から60日(パッケージに記載)

C2. こだわり醤油が効いてる小松菜の煮浸し 3 2 4 円 (税 2 4 円)

醤油だけ？と驚くこと間違いなしです！

😊準グルテンフリー



こだわりの醤油の煮汁をたっぷり吸った油揚げに、シャキシャキの小松菜が相性抜群

味付けは醤油のみですが、油揚げと小松菜の旨味がたっぷり絡みご飯がススム一品になりました。

滋味深い味わいに驚きますよ。

商品内容 小松菜の煮浸し

配達温度帯 冷凍便

内容量 70g

アレルギー物質 醤油に大豆・小麦を含む

原材料 小松菜・油揚げ・醤油・食塩

賞味期限 製造から60日(パッケージに記載)

C3. レンコンのきんぴら海苔風味 3 2 4 円 (税 2 4 円)

しゃきしゃきレンコンに海苔の風味が効いた一品

😊準グルテンフリー



レンコンを皮つきのまま使用することでレンコンの風味をより感じられ栄養も丸ごと採り入れることができます。

海苔の風味が絶妙で、こちらも大好評の一品です。

※レンコンは皮つきのため表面が黒くなることがありますが、問題はございません。

商品内容 レンコンのきんぴら海苔風味

配達温度帯 冷凍便

内容量 40g

原材料 レンコン・海苔・エキストラバージンオリーブオイル・食塩・醤油

アレルギー物質 醤油に大豆・小麦を含む

賞味期限 製造から60日(パッケージに記載)

C4. ほんのり甘い切り干し大根の煮物 3 2 4 円 (税 2 4 円)

ほんのり甘いやさしい味はお子様からお年寄りまで大人気

😊準グルテンフリー



切り干し大根と人参の甘味が引き立つようにゆっくりとコトコト煮ています。懐かしい優しい味を是非どうぞ。

商品内容 切り干し大根の煮物(50g)

配達温度帯 冷凍便

内容量 50g

アレルギー物質 油揚げ・醤油に大豆・小麦を含む

原材料 切り干し大根・人参・油揚げ・醤油・塩

賞味期限 製造から60日(パッケージに記載)

C5. 季節の野菜のキッシュ

ビストロヒマワリ

367円(税27円)

旬の野菜と平飼い卵の美味しさを生かした優しい味わいのキッシュです。

タルト生地に使った全粒粉の素朴さが滋味深く、味わい深いキッシュのアクセント！

商品内容 季節野菜のキッシュ

配達温度帯 冷凍便

内容量 1個

賞味期限 製造から60日(パッケージに記載) 凍後は要冷蔵。なるべくお早めに(3日以内)お召し上がり下さい

アレルギー物質 乳、小麦、卵

原材料 季節の野菜、生クリーム、平飼い卵、有機オリーブ、塩、胡椒、オリーブオイル

タルト生地(小麦全粒粉等)、食塩、オリーブ油、ニュージーランド産グラスフェッドバター、卵黄、

原材料については季節によって変わりますのでご注文の際にお尋ねください。

解凍方法 自然解凍 解凍後は要冷蔵。なるべくお早めに(3日以内に)お召し上がり下さい。



C6. 上品な甘さが美味しい小豆かぼちゃ

小豆とかぼちゃをゆっくりと煮ただけなのに美味しい！

432円(税32円)

 **グルテンフリー**

化学調味料は一切使用せず、また、調味料は塩のみで素材の旨みを最大限生かした調理方法で

かぼちゃの甘味が際立ちます。マクロビオティック定番のお料理です。

小豆には良質なタンパク質や食物繊維、ポリフェノールなどが多く含まれ豊富な栄養分がぎっしり詰まっています。

商品内容 上品な甘さが美味しい小豆かぼちゃ

配達温度帯 冷凍便

内容量 70g

アレルギー物質 ---

原材料 かぼちゃ・小豆・食塩・こんぶ

賞味期限 製造から60日(パッケージに記載)



C7. 定番 ほうれん草のお浸し

お惣菜と言えば、これでしょ！

324円(税24円)

 **準グルテンフリー**

少しのみりんと少しのお醤油、かつおぶしだけの味付けですが

ほうれん草の香りと甘味を存分に楽しんでいただける一品です。

商品内容 ほうれん草のお浸し

配達温度帯 冷凍便

内容量 45g

アレルギー物質 醤油に大豆、小麦を含む

原材料 ほうれん草、かつおぶし、みりん(国産)、酒(国産)、醤油

賞味期限 製造から60日(パッケージに記載)



C8. にんじんの甘みが広がる長ひじきの煮物

鉄分ミネラル補給にも！

324円(税24円)

 **準グルテンフリー**

海の恵みをたっぷり。人参の甘さだけで優しく炊き上げた一品は、ご飯が進みます。

ビタミン・ミネラルが豊富に含まれるひじきと人参の甘みをお楽しみください。

商品内容 長ひじきの煮物(50g)

配達温度帯 冷凍便

内容量 50g

アレルギー物質 醤油に大豆・小麦を含む

原材料 長ひじき・人参・油揚げ・たまねぎ・醤油

賞味期限 製造から60日(パッケージに記載)



C9. 小芋の煮っころがし

これも定番中の定番ですね！

☺準グルテンフリー

324円（税24円）



蒸し煮にした里芋を醤油で煮っころがしにした懐かしい味が特徴です。

里芋のねばねば成分はムチンと言われる成分で胃腸の粘膜を優しく守ってくれます。

商品内容 小芋の煮っころがし

配達温度帯 冷凍便

内容量 50g

アレルギー物質 醤油に大豆・小麦を含む

原材料 小芋・醤油

賞味期限 製造から60日(パッケージに記載)

★ ご飯類 ★

D1. 五分づきご飯 ☺グルテンフリー D2. 玄米ご飯 ☺グルテンフリー

310円(税23円)

310円(税23円)

幻の木村式自然栽培米「朝日」で作った安心ご飯です。

ご飯は『奇跡のリンゴ』で知られる木村秋則さんの提唱する『自然栽培』で育てられた木村式自然栽培米「朝日」を使用しています。

農業はもちろんのこと 化学肥料・有機肥料を一切使わず、自然の摂理のじゃまをしないように栽培する栽培方法のことです。

朝日米は岡山県特産米で現在国内にあるお米の中で唯一の在来品種で、コシヒカリやササニシキの祖先にあたります。

高アミロース米に近いので血糖値の上昇も緩やかで、米アレルギーの人でも食べられるお米としても有名です。

貴重な幻のお米を五分づきと玄米にして土鍋でふっくら炊き上げてお届けします。

商品内容	木村式自然栽培米「朝日」五分づきごはん 又は 玄米ご飯
配達温度帯	冷凍便
内容量	150g(炊飯済)
アレルギー物質	---
原材料	木村式自然栽培米「朝日」(岡山県産)五分づき米 又は 玄米
賞味期限	製造から60日(パッケージに記載)

D3. かつお風味が効いた香ばしい焼きおにぎり(2個) 450円(税33円)

お弁当にもお夜食にも♪

☺準グルテンフリー



一口食べると、香ばしいお醤油とカツオの香りが広がります。

五分づき朝日米にまんべんなく醤油とカツオの味をつけてから おむすびを握って、こんがりと焼き上げました。

小腹がすいたとき、締め一品に、お弁当に…ぴったりです。

商品内容 かつお風味が効いた香ばしい焼きおにぎり(100g×2)

配達温度帯 冷凍便

内容量 2個入り/200g

アレルギー物質 大豆、小麦

大豆、小麦

原材料 木村式自然栽培米「朝日」(岡山県産)五分づき・醤油・鰹節

賞味期限 製造から60日(パッケージに記載)

解凍方法 湯銭15分 (電子レンジ3分30秒 500W) *目安

D4. もっちり美味しいワカメのおにぎり(2個) 450円(税33円)

ワカメと海苔の風味がたまりません。

☺グルテンフリー



酸処理していないオーガニックな焼きのりや、天然塩を使用しておりますので 自然の旨味が凝縮されています。

商品内容 もっちり美味しいワカメのおにぎり

配達温度帯 冷凍便

内容量 2個入り/200g

アレルギー物質 ---

原材料 木村式自然栽培米「朝日」(岡山県産)・焼きのり(無酸処理)・ワカメ・ごま・食塩(自然塩)

賞味期限 製造から60日(パッケージに記載)

D5. 砂糖不使用のいなり寿司 4個入り 756円(税56円)

これを食べると市販のいなりずしは食べられません！

☺準グルテンフリー



砂糖類もみりんも不使用のいなりさんです。甘味は贅沢にも天日干しの切干し大根を出汁に使用しています。

ほんのりと優しい甘さになり旨味がギュッと詰まった 優しいいなりさんになりました。

大きないなりが4個。お腹がいっぱいになりますよ。

商品内容 砂糖不使用のいなり寿司 4個入り

配達温度帯 冷凍便

内容量 50/個 4個入り 計200g

アレルギー物質 小麦、大豆

原材料 五分づきご飯(岡山県産自然栽培米朝日・自然栽培)、油揚げ(国産)、人参、

干し椎茸、凍り豆腐(国産)、昆布、白ごま、梅酢、醤油、食塩(雪塩®)

賞味期限 製造から60日(パッケージに記載)

★汁 物★

E1. こだわり味噌のお味噌汁

324円（税24円）

いりこだしが効いています！

😊グルテンフリー



いりこで丁寧にだしをとった後、コトコトと季節のお野菜を煮ています。

いりこだしの栄養も詰まった旨味たっぷりのお味噌汁です。

（お野菜は季節によって変わります。）

商品内容 こだわり味噌の具沢山お味噌汁

配達温度帯 冷凍便

内容量 1食120g(2食)

アレルギー物質 味噌に大豆を含む

原材料 季節のお野菜2～3種・米みそ/出汁：いりこ

賞味期限 製造から60日(パッケージに記載)

E2. 鶏団子スープ

594円（税44円）

鶏胸肉と蓮根をお団子にしました！

😊準グルテンフリー



安心安全な鶏の胸肉とレンコンのすりおろしをお団子にして鶏肉団子のスープに。

お団子の材料は鶏胸肉・レンコン・塩だけ？

と疑う程に味わい深い肉団子は鶏肉とレンコンの旨味がぎゅっと詰まっています。

商品内容 鶏胸肉の団子スープ

配達温度帯 冷凍便

内容量 250g

アレルギー物質 醤油に小麦、大豆を含む

原材料 鶏胸肉（国産）、蓮根、椎茸、木耳、玉葱、人参、生姜、食塩（雪塩®）、醤油、ごま油、胡椒

賞味期限 製造から60日(パッケージに記載)

★パン・スイーツ★

F1. もっちり米粉100%のミニ食パン 1080円（税80円）

売り切れ続出大人気商品です！
😊グルテンフリー



米粉パンとは、小麦粉などのムギ類ではなく、米粉を利用して製造されたパンです。

ムギ類を使っていないため、小さなお子様や、小麦アレルギーの方も安心です。

小麦粉の食パンよりもしっとりもっちりしているので、食べごたも十分。

軽くトーストするとなにもつけなくても美味しいですよ。そのままふわもち食感を堪能するもよし

そのままふわもち食感を堪能するもよし、トーストしてサクッともしっかり食感を堪能するもよし！

商品内容 米粉のミニ食パン

配達温度帯 冷凍便

内容量 1本（サイズ：約20cm×7cm×7cm）

賞味期限 製造から60日（パッケージに記載）

アレルギー物質 ---

原材料 米粉（高知県産）・甜菜糖・オリーブオイル・白神こだま酵母、食塩

F2. もっちり米粉の蒸しパン2個入り 324円（税24円）

米粉のみで作った貴重なミニ蒸しパン。
😊グルテンフリー



（トッピングは一例）

ムギ類を使っていない（グルテンフリー）ため、小さなお子様や、小麦アレルギーの方も安心です。

小麦粉の食パンよりもしっとりもっちりしていて

見た目よりもお腹がいっぱいになります。小腹が空いた時やお子様のおやつにいかがですか？

商品内容 米粉の蒸しパン2個入り

配達温度帯 冷凍便

内容量 2個

賞味期限 製造から60日（パッケージに記載）

アレルギー物質 ---

原材料 米粉（高知県産）・米油（国産）・ベーキングパウダー・甜菜糖・レーズン・くるみ・食塩

※米粉生地以外は原材料が変わることがあります。

F3. トロツととろけるフォンダンショコラ 594円（税44円）

ビストロヒマワリ 冬季のみ
😊グルテンフリー



あったかいチョコレートケーキの中から濃厚な生チョコレートのソースが流れるという

ドラマティックなレストランのデザートをおうちでも楽しんで頂けます。

濃厚なチョコレートケーキなのに全く重さを感じないのは、添加物不使用の有機チョコレートを使っていること
そして粉類を使っていないからです。 チョコレート好きな方には是非召し上がって頂きたい一品です。

商品内容 フォンダンショコラ

配達温度帯 冷凍便

内容量 1個

アレルギー物質 卵/乳

原材料 有機チョコレート、卵、砂糖、生クリーム、グラスフェッドバター

賞味期限 製造から60日（パッケージに記載）

F4. 米粉のクッキー

小麦アレルギーの方も安心して召し上がって頂けます

389円(税29円)

☺グルテンフリー



選りすぐりの材料のみで焼き上げたクッキーです。小麦アレルギーの方も安心して召し上がって頂けます。

リッチな材料を使っているので一枚でもボリュームがあります。3種類の味をお楽しみください。

商品内容	米粉のクッキー(グルテンフリー)
配達温度帯	冷凍便
内容量	きな粉/ココア/オートミール 3種類 (3枚)
賞味期限	製造から60日(パッケージに記載)
アレルギー物質	大豆・アーモンド・くるみ
解凍方法	自然解凍 解凍後はなるべくお早めにお召し上がり下さい

原材料

きな粉味：片栗粉・米粉（高知県産）・きな粉・てんさい糖・豆乳・メープルシロップ・アーモンドプードル・食塩、
ココア味：片栗粉・米粉・米油・メープルシロップ・豆乳・ココアパウダー・てんさい糖・アーモンドプードル・食塩
オートミール味：オートミール・メープルシロップ・くるみ・米粉・米油・アーモンドプードル・クランベリー・食塩

F5. ひよこ豆のおせんべい<ソッカ プレーン>

194円(税14円)

ビストロヒマワリ



ソッカは南フランス、ニースの伝統的な食べ物。

シンプルな材料をパリパリに焼いた素朴なクレープの様なものです。

商品内容	ひよこ豆せんべい「ソッカ」
配達温度帯	冷凍便
内容量	10枚
アレルギー物質	---
原材料	有機ひよこ豆粉、自然塩、オリーブオイル、水
賞味期限	解凍後はお早めにお召し上がりください
解凍方法	自然解凍 解凍後はなるべくお早めにお召し上がり下さい

☺グルテンフリー

F6. ひよこ豆のおせんべい<ソッカ クミン>

200円(税15円)

ビストロヒマワリ



クミンシードのエキゾチックな香りが病みつきになること間違いなし！

お茶受けにはもちろんワインやビールのお供にもピッタリです。

商品内容	ひよこ豆せんべい「ソッカ」クミン
配達温度帯	冷凍便
内容量	10枚
アレルギー物質	---
原材料	有機ひよこ豆粉、自然塩、オリーブオイル、水、クミンシード
賞味期限	解凍後はお早めにお召し上がりください
解凍方法	自然解凍 解凍後はなるべくお早めにお召し上がり下さい

☺グルテンフリー

F7. ひよこ豆のおせんべい<ソッカ 黒胡椒>

200円(税15円)

ビストロヒマワリ



ブラックペッパーの爽やかな辛さが病みつきになること間違いなし！

お茶受けにはもちろんワインやビールのお供にもピッタリです。

商品内容	ひよこ豆せんべい「ソッカ」ブラックペッパー
配達温度帯	冷凍便
内容量	10枚
アレルギー物質	---
原材料	有機ひよこ豆粉、自然塩、オリーブオイル、水、ブラックペッパー
賞味期限	解凍後はお早めにお召し上がりください
解凍方法	自然解凍 解凍後はなるべくお早めにお召し上がり下さい

☺グルテンフリー

F8. ガトーショコラ

ビストロヒマワリ

2, 646円(税196円)



濃厚なチョコレートケーキですが乳化剤や加工油脂などを使わない

仏産オーガニッククーベルチュールチョコレートを使用していますのであと口が軽くすっきりとしています。

イタリア産有機アインコーン小麦全粒小麦を使用し、

※（果物は季節によって変わります。お尋ねください。）

商品内容 ガトーショコラ

配達温度帯 冷凍便

内容量 350g（サイズ：20cmのパウンドケーキの大きさ）

アレルギー物質 乳、卵、小麦

原材料 仏産オーガニックチョコレート、平飼有精卵(NON - GMO飼料、抗生物質等薬品不使用)

北海道産有機小麦、イタリア産有機アインコーン小麦全粒粉(古代小麦) NZ産グラスフェッドバター、
有機砂糖、季節の果物、ベーキングパウダー

賞味期限 解凍後は冷蔵庫保存で約1週間

解凍方法 自然解凍

F9. 関西風・白玉ぜんざい

お汁粉に小豆がたっぷりに入った関西風です

324円(税24円)

 **グルテンフリー**



お団子は、団子粉と豆腐を混ぜて大豆たんぱく質も摂れるように仕上げました。、

小豆は、タンパク質も食物繊維も豊富です。

この二つを一緒に食べることで血糖値の上昇が幾分緩やかになります。

商品内容 関西風 白玉ぜんざい

配達温度帯 冷凍便

内容量 130g

アレルギー物質 大豆

原材料 小豆（北海道産）、団子粉（国産うるち米・国産もち米）、豆腐（国産）、甜菜糖、食塩

賞味期限 製造から60日(パッケージに記載)

解凍方法 湯せん10分

F10. 自然栽培米朝日のシフォンケーキ（カット）

朝日米をキッチンで粉にして作っています！

324円(税24円)

 **グルテンフリー**



卵も動物性食品も小麦粉も使わない植物性のみの原材料で作ったシフォンケーキです。

そして市販の米粉は使わずに、木村式自然栽培米「朝日」米とひよこ豆をキッチンで加工して生地をしています。

グルテンフリー

商品内容 朝日米のシフォンケーキ（カット）

配達温度帯 冷凍便

内容量 1個（約60g）

アレルギー物質 大豆

原材料 米（岡山県産自然栽培米朝日）、豆乳（カナダ・アメリカ）、米油、ココナッツシュガー、
ひよこ豆、レモン汁、ベーキングパウダー（アルミフリー）、食塩（雪塩®）

賞味期限 製造から60日(パッケージに記載)

F11. 豆腐のナッツブラウニー

グルテンフリー

植物性原材料のみで作ったブラウニーです。

1728円(税128円)

 **グルテンフリー**



豆腐？と驚かれるかも知れませんが食べるとしっかりカカオ風味とナッツの食感が味わえます。

ブラウニーのどっしり感はそのままで、中身も詰まっていますので見た目よりも食べ応えがあります。

商品内容 豆腐のナッツブラウニー

配達温度帯 冷凍便

内容量 一本（18×6×4cm ケーキ型入）

アレルギー物質 大豆

原材料 絹豆腐（国産）、米粉（高知産）、EXVオリーブオイル油、カカオパウダー、アーモンドプードル、
米ぬか（朝日米）、きな粉、スライスアーモンド、胡桃、カボチャの種、
ベーキングパウダー（アルミフリー）、カカオニブ、食塩（雪塩®）

賞味期限 製造から60日(パッケージに記載)

※ご注意※

素材・調味料については配送が通常便となりますため

総菜やスイーツと一緒にお届けはできません。配送料は別料金となりますことご了承下さい！

G1. 岡山県 木村式自然栽培米『朝日』玄米5キロ 5,130円(税380円)

美味しさを是非味わってみて下さい！



『奇跡のリンゴ』で知られる木村秋則氏の直接指導によって忠実に栽培された

岡山県産の木村式自然栽培米「朝日」は、農薬、除草剤はもちろん、肥料も一切使わずに育てられました。

日本で現存する在来種で、コシヒカリやササニシキの祖先にあたります。

高アミロース米ですので、血糖値の上昇も緩やかです。

商品内容 玄米

配達温度帯 普通便

内容量 5kg

冷蔵保存をお勧めします。

ご要望があれば分つき米にも致します。5分、7分など
ご注文の際にお申し付けください。

全ての商品をネットショップ・電話・FAXよりご注文頂けます。

ネットショップ

<https://cook.kvestbeam.co.jp>



お電話でのご注文は…

 (06) 4309-5213

受付時間： 9：00～18：00

月～金曜（祝祭日・当店指定休日を除く）

お電話でのご注文の場合の流れ

1. お名前・ご住所・電話番号をお知らせください
2. 注文される商品の番号と品名、数量をお伝えください
3. 一旦お電話を切り在庫確認と送料・手数料を含む代金の計算をします
4. 計算出来次第、ご指定のお電話番号にこちらからお電話致します
5. ご注文内容を復唱させていただきます
6. 送料を含む合計金額をお伝えします
7. 配送の時間帯等をお伝えください
8. 内容・金額とにもご了承頂けましたら注文完了となります
9. 準備ができ次第発送致します
10. お支払いはヤマト運輸の代引きのみとなります。
商品のお受け取りの際にお支払いください。

FAX注文用紙

FAX: (06) 4309-5997

※この用紙でご注文頂けます。 FAX受付は24時間対応です！

商品番号	商品名	単価	個数	合計金額
送料	※次ページのお客様の送料をご確認ください			
		総合計		¥

氏名： / 会員番号： (ご存知の場合)

ご住所：〒

電話番号： / F A X 番号：

受け取り指定時間：（ある場合） 時～ 時（次ページをご覧ください）

その後発送までの流れ～

1. FAXを受領後、在庫確認と送料・手数料を含む代金の計算をします
2. 計算出来次第、こちらから合計金額を書いた注文書をFAX致します
この時点で受注完了となり、発送準備に入ります
3. 準備ができ次第発送致します
4. お支払いはヤマト運輸の代引きのみとなります。
商品のお受け取りの際にお支払いください。

配送と送料

送料はお届け先によりこととなります。詳しくは下記をご覧ください。
お米以外の全商品クロネコヤマトクール宅急便でのお届けとなります。日時のご指定が可能です。
※笑みがこぼれるオスメセット2セット分程度が入る大きさを目安にしています。
これ以上の大きさになる場合は運賃が変わることがあります。

地域名	クール便送料	普通便送料※1
北海道	2,140円	1,910円
青森・秋田・岩手	1,590円	1,390円
宮城・山形・福島	1,480円	1,280円
茨城・栃木・群馬・ 埼玉・千葉・東京・ 神奈川・山梨・新 潟・長野	1,310円	1,110円
富山・石川・福井・ 静岡・愛知・三重・ 岐阜・大阪・京都・ 滋賀・奈良	1,200円	1,000円
和歌山・兵庫・岡 山・広島・山口・鳥 取・島根	1,200円	1,000円
福岡・佐賀・長崎・ 大分・熊本・宮崎・ 鹿児島・香川・愛 媛・高知・徳島	1,310円	1,110円
沖縄	2,140円	1,910円

※1
80サイズ 5キロ以内の料金です
5キロ以上の場合は
料金が変わります
**冷凍便と通常便を
同時にご購入された場合は
配送料が別々に必要です。
ご注意ください！**

配送時間は、ご注文時にご指定いただけます、下記よりお選びくださいませ。



以下代引き手数料を送料とは別に申し受けます。ご了承下さい。

- 商品代金10000円未満 **300円**
- 商品代金10000円以上 **400円**

返品・キャンセル

- キャンセルについて 注文確認後のお客様のご都合によるキャンセルは原則としてお断りさせていただいております。
- 返品・交換について 当店で取り扱っている商品は食品のため、お客様のご都合による返品は原則としてお断りさせていただいております。
- 不良品について 商品の管理や発送に万全を期し取り組んでおりますが、万が一商品に不具合などございましたら誠意を持って対処させていただきます。その際の交換にかかる費用（返送料）は当社が負担します。

また、損傷・破損等不良の場合は、お召し上がりにならず商品をパッケージとともに保管していただきますようお願い申し上げます。まずはお電話にてご連絡くださいませ。

個人情報の取扱い

とことん素材を厳選したおいしいお惣菜の通販「ナチュラビロジー★クック」は、当店定めたプライバシー・ポリシーに則った個人情報の取扱いを行います。

お問い合わせ

電話番号（０６）４３０９－５２１３

受付時間：月～金（祝祭日を除く）９：００～１８：００

ナチュラビロジー★クック

有限会社 K VestBeam Co.,Ltd

〒577-0015 大阪府東大阪市長田３－８－１８

電話：（０６）４３０９－５２１３

FAX：（０６）４３０９－５９９７

