

配送無料



**おとうふノ丁より
お届けいたします!**

豆吉郎 お客様センター
ご注文・お問い合わせは
フリーダイヤルから
お気軽に
0120-106-561
※受付時間 10:00~17:00(土曜日、日曜日、祝日、年末年始除く)
※一部お届けできない地域もございます

① お電話で住所、氏名、電話番号を
お伝えください。 ② 折り返し各地域担当よりご連絡いたします。
お預りする日程を調整いたします。

表示価格はすべて税込価格です

おとうふ

濃度16%豆乳を使用
超濃厚で満足

国産の山芋たっぷり
ふわふわやわらかです

大豆の甘みに合う
柚子の爽やかな香り

新商品
7月から
販売予定

濃いトロ豆腐 (70g×4個) **302円**

山芋とうふ (250g) **400円**

柚子おぼろ (280g) **410円**

生きね (400g) 238円	生もめん (400g) 238円	絹厚揚げ (300g) 313円	もめん厚揚げ 227円	石豆腐 (300g) 302円	胡麻豆腐 (170g) 421円
おぼろ (280g) 313円	塩おぼろ (300g) 302円	ピーナッツとうふ (200g) 410円	おぼろ (各280g) 各410円	やわらか豆腐 (各130g) 各173円	揚げ出し豆腐 410円

お惣菜

ジャンボ餃子 (18個/200g) **378円**

一口餃子 (25個/300g) **626円**

玉子とうふ (120g×2個) **378円**

小あじ南蛮漬 (130g) **421円**

練り物

いわしバーグ (2個入り) **313円**

新商品 夏限定 (2個入り) **248円**

新商品 夏限定 (2個入り) **248円**

佐賀県産玉ねぎ天 (2個入り) **248円**

大豆食品

料理やスイーツ作りに
口当たりよく使ひやすい

なめらかおから (120g×2個) **259円**

濃度13%の“飲む豆腐”で
濃厚スムージー

いちご
小豆
きなこ
バナナ

豆乳 (200ml) **248円**
(500ml) **378円**
(袋入り 500ml) **302円**

生ゆば **724円** (各280g)

豆乳パン **313円** (各280g)

豆腐のたれ (150ml) **432円**

豆腐の味噌漬 (100g) **734円**

生揚げ (1枚) **194円**

国産大豆のカレー (180g) **540円**

**夏の
オススメ**

暑い日もつると
国産天草 100%使用

餃子やキャベツの
タレや酢の物などに

万能旨酢 (360ml) **594円**

ところ天 (150g) **302円**
スープ (15g)

おやつ

乳成分を使わずに
甘さはほんのり控えめ

プレーン/黒ごま/抹茶
豆乳プリン (80g) **各151円**

おはぎ (各2個) **421円**

ドライフルーツ (300g) **907円**

サクサク大豆 (70g) **389円**

豆乳ムース (123g) **302円**

**豆吉郎の
納豆シリーズ**

しっかり結って
風味が豊か

わら納豆 (90g) **248円**

●北海道産
スズメナ豆または
五ヶ所シシカ
小粒

結りが少なく
におい控えめ

天然納豆 (200g) **410円**

●福岡県産
フクユタカ
小粒

おすすの食べ方
納豆キムチ
納豆はキムチに含まれる乳酸菌の増殖を助ける働きがあり、腸内環境を整えるのに効果的な組み合わせです。

子ども大人も
うれしいメニューです

まとめ
メニュー

豆乳入りこんにゃくピビンノ

材料(1.5人分) ★豆は豆腐製品
★豆乳入りこんにゃく(細断) 1袋
★手造りキムチ 1/2袋
★ピビンノレ 1/2袋
★ピビンノレ 1袋
★ピビンノレ 1袋
★ピビンノレ 1袋
★ピビンノレ 1袋
★ピビンノレ 1袋
★ピビンノレ 1袋
★ピビンノレ 1袋



- 1 こんにゃくを食べやすい長さにカットする。
- 2 ピビンノレの材料を混ぜ合わせる。
- 3 キュウリを千切りにする。
- 4 豆乳入りこんにゃくにピビンノレを絡めて水洗いし、水切る。
- 5 4に千切りにしたキュウリとキムチ、ゆで卵をのせ、2を回しかける。
- 6 お好みでラー油をかける。

豆腐のパパロア

材料(4人分) ★豆は豆腐製品
★濃いつと豆腐 4Pのうち3P
牛乳 250cc
生クリーム 150cc
砂糖 大さじ1.50g
無糖ゼラチン 5g



- 1 ゼラチンを大さじ1の水でふやかす。
- 2 生クリームに大さじ1の砂糖を入れ、6分立てにして冷蔵庫に入れる。
- 3 別のボールに濃いつと豆腐3P入れ、泡だて器でよく混ぜる。
- 4 小鍋に牛乳と砂糖50gを入れて、沸騰させない程度に温める。
- 5 4に1を入れて溶かす。
- 6 3に5を入れ、泡だて器でよく混ぜる。
- 7 人肌で冷めたら、2を加えてあえる。
- 8 器に入れ、冷蔵庫で冷やし固める。お好みでミントの葉やフルーツを飾ってもGOOD!

豆腐・大豆の豆知識

【第3回 おから】

おからは、豆腐を作る過程で豆乳を絞り出す時に残った固形物です。インフラボンと食物繊維が豊富に含まれ、100gあたりの食物繊維量は、レタスの約50倍、小麦の20倍ともいわれます。1995年から約17年間、45〜74歳の日本人男女約9万人を追跡調査した結果、食物繊維の摂取量が多いほど男女ともに死亡リスクが20%下がることが分かりました。死因別では「循環器疾患死亡」、男性は「がん死亡」のリスクが低下していました。特に豆類、野菜類、果物類から多く摂取すると効果的で、穀物からはその傾向は見られませんでした。食物繊維の豊富なおからには素晴らしいパワーが秘められています。

100gあたりの食物繊維量



出典 一般社団法人日本豆腐マイスター協会、一般社団法人日本乾燥わかから協会、国立研究開発法人国立がん研究センター

注文方法

お気軽に下記フリーダイヤルにお電話ください。

0120-106-561

※受付時間 10:00〜17:00(土曜日、日曜日、祝日、年末年始除く)
※一部お届けできない地域もございます

- 1 お電話で住所、氏名、電話番号をお伝えください。
- 2 折り返し各地域担当者よりご連絡いたします。お伺いする日程を調整いたします。

とうふ

商品名	価格(税込)	商品名	価格(税込)
生きぬ	238円	濃いつと豆腐	302円
生もめん		枝豆おぼろ	
絹厚揚げ	313円	黒ごまおぼろ	410円
もめん厚揚げ	227円	わさびおぼろ	
石豆腐	302円	柚子おぼろ	
胡麻豆腐	421円	やわらか豆腐 牡蠣だし醤油/柚子醤油	173円
おぼろ	313円	フクユタカ焼き豆腐	259円
揚げおぼろ	302円	揚げ出し豆腐	410円
ピーナッツとうふ	410円	山芋とうふ	400円

大豆食品

商品名	価格(税込)	商品名	価格(税込)
豆乳(500ml)	378円	えび湯葉巻	518円
豆乳(200ml)	248円	天然納豆	410円
袋入り豆乳(500ml)	302円	わら納豆	248円
なめらかおから	259円	中粒納豆	270円
うの花	173円	一等大豆の水素	216円
国産大豆のカレー	540円	九州産みそ	648円
ハーブ 豆乳パン	313円	田舎もろみ	454円
ロング 豆乳パン	594円	豆腐のたれ	432円
湯葉	745円	豆乳納豆油	421円
生ゆば 出汁入り		豆乳入りこんにゃく(細断)	
生ゆば 豆乳入り	724円	豆乳入りこんにゃく(平切)	313円
生揚げ	194円	豆腐専門店が作ったおからパウダー	378円
ずし揚げ	151円	豆腐の時雨漬	734円
ふくら揚げ	173円		

練り物

商品名	価格(税込)	商品名	価格(税込)
佐賀県産玉ねぎ	248円	きんぴら天	
夏天	248円	きくらげ天	421円
いわしバーグ	313円	なんこつ天	
甘鯛天ぷら	421円	博多紅しょうが天	
いか天			

惣菜・佃煮

商品名	価格(税込)	商品名	価格(税込)
一口餃子	626円	いわし甘露煮	
ジャンボ餃子	378円	明太いわし	540円
チーズ入りジャンボ餃子	324円	いわし梅肉煮	
シュウマイ3P	313円	ゴマいわし	
豆腐シュウマイ	659円	つば漬け昆布	518円
たまねぎの豆腐ハンバーグ	421円	えびくるみ	
五目とうふ	313円	田舎佃煮	
とうふステーキ	421円	角切昆布	
もちもちレンコンもち	421円	子持ち昆布	
豆腐しゅうまい入り茶碗蒸し	313円	しそ昆布	
大豆ミートのハンバーグ	486円	えび小女子	540円
カクテキキムチ	529円	えび短冊	
のりキムチ	529円	味の花	
いかの天ぷら	454円	ごま昆布	
大学芋	475円	かつおちりめん	
大豆ミートのカツ	378円	山椒ちりめん	
若さぎ豆腐煮	648円	まぐろ昆布	691円
梅ひじき	346円	ほっけ開き	248円
手造りキムチ	540円	骨取りさば 煮つけ/味噌煮	313円
うるめいわし	389円	岩のり	540円
無着色辛子明太子	626円	たたきごぼう	497円
小あじ南蛮漬	421円	からし高菜(明太入り)	734円
白身魚甘酢あんかけ		寒干沢庵 たまり漬/梅酢味	421円
おさかなミンチコロケ	281円	たかな漬	432円
おさかなからあげ	410円	かつおふりかけ	356円
玉子とうふ	378円	万能おかず生薬	486円
		ひじき煮大豆	259円
		野菜豆	259円

おやつ

商品名	価格(税込)	商品名	価格(税込)
金時豆	540円	野菜チップス	540円
丹波ぶどう豆	702円	サクサク大豆	389円
黒糖そら豆	680円	おはぎ(つぶあん)	
とうふドーナツバニラ	421円	おはぎ(きなこ)	421円
とうふドーナツココア	421円	おから万十	313円
おさかなドーナツ(きな粉付き)	313円	豆乳蒸しパン	194円
豆乳ムース	302円	しお	
ヴィーガンマフィン(チョコレート)	745円	黒砂糖	421円
ヴィーガンマフィン(八宝抹茶と小豆)		カレー	
豆乳プリン(プレーン)		濃厚キャラメル	454円
豆乳プリン(黒ごま)	151円	コンソメ	
豆乳プリン(抹茶)		醤油おこし	346円
いわし煎餅	540円	白胡麻ざた	
豆乳入りカリン	346円	黒胡麻ざた	454円
ドライフルーツ	907円		

その他

商品名	価格(税込)	商品名	価格(税込)
国産 糸こんにゃく	281円	全粒甘酒	443円
国産 きんぴらこんにゃく		ひじき白和えの素	238円
国産 板こんにゃく	130円	あぶり焼いわし	421円
生芋こんにゃく	238円	いか天醤油味	421円
手ごね湯葉	389円	ししゃも浜焼き	691円
とろろ天	302円	かしわ飯の素	680円
讃岐生うどん	302円	万能旨酢	594円

※表示価格は全て税込価格です
※代金は当日、商品と引き換えになります
※季節によっては販売していない商品もございますので、ご了承ください
※予約が必要な商品もございます。詳しくは担当販売員、もしくはフリーダイヤルまでお問い合わせください

メモ欄

最新情報は
こちらから!



巡回記入欄

お客様の自宅まで、おとうふ1丁からお届けします。

毎週 曜日の 時ごろ伺います。

担当 です。

直通電話



とうふちゅう