

毎週恒例
11/5 土曜朝市
朝9:30 ▶ 昼11:30

精肉コーナー 今付いているお値段から
3割引 豚肉・鶏肉 **2割引**

新鮮野菜特価市

フィリピン産 バナボバナナ <1袋>	99円	兵庫但馬産 ほうれん草 <1袋>	129円
兵庫但馬産 大根 <1本>	139円	兵庫但馬産 きゃべつ <1個>	169円
北海道産 長いも <1本>	199円	豊岡産 緑豆もやし <1袋>	38円
熊本産 さつまいも <1本>	250円	兵庫但馬産 きゅうり <1本>	39円

愛媛産(養殖) 活け真鯛 <1尾>	980円	北海道産 生秋鮭切身 <100g当>148円を	98円	インド産(解凍養殖) ブラックタイガー <6尾>580円を	480円
-------------------	------	-------------------------	-----	-------------------------------	------

11/5 土曜限り ハウスバーモントカレー(甘・中辛・辛口) <各238g> 198円を	179円	泉南乳業 酪農牛乳 <1000ml> 230円を	165円
国内産若鶏 ムネ肉 <100g当>68円を	58円	中島食品 焼豆腐 2枚入 <500g>158円を	128円
国内産若鶏 手羽元 <100g当>98円を	68円	但馬産食品 にがり仕込みミニ絹厚揚げ <4個>188円を	119円
お惣菜 手作り牛肉コロッケ <1個>	105円	吉岡糖類 たんごのうどん <200g>75円を	49円
		明治乳業 プロビオヨーグルトLG21 <120g>128円を	98円
		明治乳業 北海道上勝ヨーグルト4P <85g×4>218円を	118円

夕方4時からの **夕市** 売り切れご免

愛媛産(養殖) 真鯛刺身 <1パック>	500円	国内産豚肉 ローストンカツ用 <100g当>278円を	158円	フィリピン産 匠王バナナ <1袋>199円を	139円
---------------------	------	-----------------------------	------	------------------------	------

11/6 日曜日 限り
お肉の日・お酒の日

精肉プランナー斉藤がおすすめする 国内産 **三元豚** 宮崎産 **赤鶏**

美味しいパークシャー種(黒豚)をメインに交配された平牧三元豚は、その美味しさから多くの実力派シェフに指名され、直営トンカツ店はグルメ番組でも多く紹介されています。平牧三元豚は但馬北部では当店でしか扱っておりません。是非その美味しさを味わってみてください。

こまぎれ <100g当> 198円を	158円	バラスライス <100g当> 258円を	198円	モモ肉 <100g当>198円を	158円	手羽中 <100g当>158円を	128円	きも <100g当>138円を	98円
モモ切落とし <100g当> 208円を	178円	ローススライス <100g当> 358円を	298円						

金土日 チューハイ祭
105円均一
Asahi Slat 果実の瞬間 88Kcal
SUNTORY ほろよい シリーズ
Asahi スーパードライ 350ml×24缶 4,280円
350ml×6缶 1,075円

自信をもっておすすめいたします

淡路産 ちりめん山椒 <70g> 300円 塩干魚プランナー 高木です 淡路産のちりめんを山椒と一緒に甘く炊き上げています。とても美味しい佃煮です。1年中人気の商品です。お子様にもどうぞ…	惣菜プランナー 谷口です 生さばを酒と塩でしめて天ぷらにしてその上に、サラダに使う彩りの良い野菜をのせ、特製の甘酢あんをかけました。おかずやお酒の肴にどうぞ。	大妻工房ロア まかないラスク <100g> 500円 洋日配プランナー 朝尾です 大麦の風味とアーモンドの香ばしさといたまりません! かなり美味しいです。おすすめ度No.1です。
--	--	---

11/7 月曜日 限り
お魚の日・野菜の日

お魚ナイシヨ市!
今が旬のお魚を大特価・大奉仕いたします! 産地直送

セリ物 但馬の野菜市!

北海道産 汐秋刀魚(焼きたて) <2尾>300円を	200円	国内産若鶏 きも <100g当>98円を	68円	国内産若鶏 手羽先 <100g当>98円を	78円
香住産 エテカレイ <3枚>480円を	399円				
ヒガシマル うどんスープ <8食>168円を	129円	鳥取産 いなばしめじ <200g>199円を	159円	讃岐 桑田製粉に サン津軽 <M・1個>	139円
梶原乳業 北海道3.7牛乳 <1000ml>275円を	198円				
カネテツ 野菜フライ <2枚>178円を	108円	お惣菜 手作りスパゲティアラビアータ <1人前>	398円	お惣菜 天ぷらよりどり 3個で	258円
伸和青果 たまご M <10個入>208円を	168円				

結クッキング料理教室
「みんなで楽しくお料理して一緒にランチをしましょう!」

日時 11月10日 木曜日 午前11時から

アドバイザー いずみ会の皆様

メニュー

- ・名月めし
- ・生鮭のとろろ蒸し
- ・こんにゃくの白和え
- ・なめこと豆腐の味噌汁

みんなで楽しく食卓を囲みましょう!