

ガンピーの青果の農産物基準は

「美味しくて、安心な食」

いつでも、食卓にオーガニックな食材をお届けします。

産直

オーガニック=有機栽培

なかつかさファーム

もう10年近くのお付き合いを頂いています。
野菜はもちろんのこと、小麦も有機栽培。
「香りが良くて、味が濃厚」と大好評です。



豊岡産 なかつかさファーム

オーガニック ほうれん草
＜1袋＞

豊岡産 なかつかさファーム

オーガニック 全粒粉小麦
＜1袋＞

145円 430円

4/1(火) 限り 11時頃より販売

なかつかさファームの
「オーガニック全粒粉小麦」を使っています。

日高町 パン菓子工房レガメ
フランスパン
＜1本＞

270円

日高町 パン菓子工房レガメ
ふすま食パン
＜1袋＞

250円



甘くてモチモチ

オーガニックバナナ

ガンピーは、
但馬で唯一「オーガニックバナナ」を販売しています。



フィリピン産

スイートオーガニックバナナ
＜1袋＞

275円

通常のバナナより、栽培期間が長いので、
たっぷりとした甘みと
バナナ本来のもつ酸味が味わえる
バランスの良さが特徴です。



フィリピン産

スイートオーガニックバナナ
＜1本＞

90円

お魚コーナー

カナダ産

赤魚ドレス＜1尾＞

ノルウェー産

サバ西京漬け＜1枚＞

お肉コーナー

国内産豚肉・オーストラリア産牛肉

合挽きミンチ
＜100g当＞

国内産豚肉

豚ミンチ ＜100g当＞

国内産若鶏

鶏ミンチ ＜100g当＞

アメリカ産豚肉

ローストンカツ用＜100g当＞

アメリカ産豚肉

ロース切落とし＜100g当＞

チリ産

甘塩銀サケ＜1切＞

長崎産

アジ開き ＜1尾＞

北海道産

サンマ開き＜1枚＞

ノルウェー産

ししやも ＜10尾＞

お惣菜コーナー

ポテトサラダ ＜100g当＞

スパゲティサラダ＜100g当＞

手造りコロツケ＜1個＞

アジフライ ＜1個＞

白身魚フライ＜1個＞

豆腐ハンバーグ＜1個＞

天然だし高野豆腐煮＜1個＞

火・水曜日
2日間

家計にうれしい

均一市

青果コーナー

長崎・鹿児島産

にんじん＜S・3本＞

茨城産

土ごぼう＜1袋＞

熊本産

ミニトマト＜1パック＞

高知産

きゅうり＜2本で＞

北海道産

玉ねぎ ＜M・3個＞

北海道産

メークイン＜M・6個＞

ニューカドニア産

エビス南瓜

＜1/4カット＞

高知産地

ピーマン

＜1袋＞

淡路産地

レタス

＜S・1個＞

フィリピン産

バナナボバナナ＜1袋＞

愛媛産

伊予柑 ＜1個＞

和歌山産

デコポン＜1個＞

和歌山・広島産

紅はっさく＜1個＞

メキシコ産

アボカド＜1個＞

和歌山産

レモン 1個＞

今が旬!

ご飯のお供といえばコレ!



手造り

いかなごくぎ煮

＜100g当＞

296円

4/3(木) 限り

11時～13時まで販売

ランチにいかがでしょうか...

パスタいろいろ
＜1個＞

362円



4月3日は

旧暦の

4/3(木) 限り

桃の節句

みなでお祝いをいたしましょう

タイと旬の野菜のちらしずし

＜1個＞

380円

五目ちらし寿司

＜1個＞

315円



Gumpy

インフォメーション

食を楽しむ

手作りお菓子教室

テーマ 春の女子会デザート

日時 4月5日(土) 午後1時30分から

メニュー ●しっとり濃厚チーズケーキ
●いちごのヨーグルトムース

アドバイザー 益田真弓様

参加費 700円

募集人数 10名様



ガンピーいきいきカード

新会員様募集キャンペーン!

実施期間 4月30日(水) まで

※まだ会員でないお方はこの機会に是非ご入会下さい。

玄さん元気教室実施中

毎週木曜日 午後2時から

内容 ・ストレッチ
・筋トレ
・歩キング体操

参加費は無料です。是非ご参加下さい。



チラシ価格は税抜き価格となっています。
レジ精算時に別途消費税相当額を申し受けます。