

金・土曜日 2日間

笑顔の食卓を
応援します

スペシャル市

青果

高知産地
ニラ
＜1袋＞158円を

高知産地
おらんくの生姜
＜1袋＞128円を

兵庫但馬産地
トマト
＜1個＞158円を

兵庫但馬産地
生しいたけ
＜1パック＞158円を

兵庫但馬産地
きゅうり
＜2本で＞

兵庫但馬産地
だいこん
＜1本＞178円を

兵庫但馬産地
キャベツ
＜1個＞158円を

兵庫但馬産地
小松菜
＜1袋＞158円を

兵庫但馬産地
ひら茸
＜1袋＞158円を

兵庫但馬産地
きく菜
＜1袋＞158円を

長野産地
はくさい
＜1/4カット＞158円を

90均一円

青森産地
りんご
＜1個＞128円を

兵庫但馬産地
富有柿
＜1個＞128円を

兵庫但馬産地
あたご梨
＜1個＞148円を

フィリピン産
バナナバナナ
＜1袋＞128円を

兵庫但馬産地
ブロッコリー
＜1株＞178円を

兵庫淡路産地
レタス
＜1個＞158円を

兵庫但馬産地
ほうれん草
＜1袋＞198円を

北海道産地
長いも
＜1本＞198円を

140均一円

和歌山・有田産
田村みかん
＜LMサイズ・1袋＞398円を

和歌山・有田産
新堂みかん
＜LMサイズ・1袋＞398円を

兵庫但馬産地
ピオーネ
＜1袋＞398円を

国産のあま〜い干芋です
茨城産
干し芋
＜1パック＞398円を

350均一円

お肉

国内産若鶏
むね肉
＜100g当＞

国内産若鶏
手羽元
＜100g当＞

国内産若鶏
ささみ
＜100g当＞

国内産若鶏
きも
＜100g当＞

国内産若鶏
鶏ミンチ
＜100g当＞

50均一円

国内産豚肉
こまぎれ
＜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＞

国内産若鶏
モモ肉
＜100g当＞

国内産若鶏
手羽中味付け
＜100g当＞

100均一円

国内産豚肉
ローススライス
＜100g当＞

国内産豚肉
ローストンカツ用
＜100g当＞

国内産豚肉
ロース生姜焼き用
＜100g当＞

国内産豚肉
バラブロック
＜100g当＞

国内産豚肉
バラスライス
＜100g当＞

150均一円

国内産三元豚
ローススライス
＜100g＞

国内産三元豚
バラスライス
＜150g＞

国内産三元豚
モモ切落とし
＜150g＞

アメリカ産豚肉
ロース生姜焼き
タレ漬 ＜250g＞

伊藤ハム
アルトバイエルン
＜180g＞

伊藤ハム
朝のフレッシュロースハム
＜3P＞

300均一円

お魚

北海道・香住産
生タラ切身
＜1切＞

愛知産
活けシジミ
＜100g当＞

香住産
お刺身用赤イカブロック
＜1個＞

沖縄産
洗いもずく
＜100g＞

吉野水産
もずく三杯酢
＜3P＞

吉野水産
味付けめかぶ
＜3P＞

北海道産
甘塩塩マス
＜1切＞

ヤマジン
無添加ししゃも
＜150g＞

チリ産
甘塩銀サケ
＜1切＞

北海道産
サンマ開き
＜1枚＞

長崎産
アジ開き
＜1枚＞

三陸産
塩わかめ
＜1袋＞

100均一円

チリ産
トラウトサーモン切身
＜1切＞

インド産
有頭エビ
＜1尾＞

兵庫産
上乾ちりめん
＜50g＞

自然の味
サンマ開き
＜2尾＞

インド産
ブラックタイガー
＜10尾＞

愛媛産
養殖タイ切身
＜1切＞

和歌山産
オーロラサーモン切落とし
＜100g当＞

味玉
いかなごき煮
＜70g＞

愛媛産
タイ刺身
＜2人前＞

太平洋産
生マグロ切落とし
＜1パック＞

兵庫産
ちりめんじゃこ
つめ放題 ＜1袋＞

500均一円

食品

ヒガシマル
醤油 淡口
＜500ml＞198円を

ミツカン
穀物酢
＜500ml＞181円を

赤穂あらなみ
赤穂あらなみ塩
＜750g＞208円を

エバラ
やきとりのたれ
＜240g＞198円を

キュービー
和風醤油ごま入りドレッシング
＜170ml＞198円を

味の素
ごま好きのごま油
＜180g＞198円を

日本食研
から揚げ作り
＜128g＞189円を

日清製粉
フラワー粉チャック付
＜1kg＞198円を

山城屋
あらめ伊勢産
＜30g＞198円を

永谷園
アンパンマンふりかけ袋入
＜20P＞178円を

丸美屋
味道楽
＜62g＞198円を

丸美屋
のりたま
＜62g＞198円を

ハウス
マカロニグラタンキット4皿
＜160g＞178円を

ハウス
バーモントカレー各種
＜各119g＞189円を

ハウス
バーモントハヤシ
＜120g＞178円を

丸美屋
麻婆豆腐の素各種
＜各155g＞189円を

味の素
中華あじ(瓶)
＜55g＞178円を

藤原製麺
札幌山動物園ラーメン各種
＜各種＞179円を

高尾製麺
腰じまん・うどん
＜400g＞168円を

はごろも
甘みあつさりフルーツみつ豆
＜5号＞198円を

はごろも
甘みあつさり黄桃
＜5号＞208円を

キュービー
あえるパスタソースたらこ
＜2袋＞198円を

キュービー
あえるパスタソースめんたいマヨ
＜2袋＞198円を

オーマイ
結束スパゲッティ1.7mm
＜500g＞178円を

伊藤園
香り薫る麦茶
＜54P＞178円を

ココロ
アクエリアス
＜2000ml＞198円を

雪印
コンデンスミルクチューブ
＜140g＞210円を

キュービー
アラハタ55ジャム各種
＜各種＞178円を

ネスレ
エクセラカップコーヒー
＜4カップ＞178円を

150均一円

和日配

ふじや
大陸肉ワンタン正油味
＜10粒＞148円を

ふじや
レンジミニグラタン各種
＜各100g＞148円を

聖食品
湯葉入りおとうふの茶碗蒸し
＜150g＞139円を

伏見蒲鉾
ぶつくらがんも
＜5個袋＞138円を

伏見蒲鉾
とつておきはんぺん
＜1枚＞138円を

100均一円

洋日配

協同乳業
3Pカスタードプリン
＜70g×3＞210円を

協同乳業
とろけるかぼちゃプリン3P
＜70g×3＞210円を

富田屋
あんドーナツ
＜5個＞208円を

ダノン
ダノンの層仕立てストロベリーソース入
＜2個＞158円を

ダノン
ダノンの層仕立てストロベリー＆パッションブルー
＜3本＞178円を

150均一円

菓子

ロッテ
のど飴袋
＜110g＞207円を

亀田製菓
ハッピーターン
＜120g＞175円を

ブルボン
ロアンヌバニラ
＜14枚＞198円を

明治
ガルボールひとくちの贅沢
＜52g＞189円を

明治
マカダミアチョコ
＜9粒＞198円を

ロッテ
ラミー
＜2本＞198円を

ナビスコ
リッツチーズサンド
＜18枚＞198円を

150均一円

日用品

HADARIKI
トイレの芳香各種
＜各300ml＞178円を

花王
トイレマジックリンスプレー詰替
＜350ml＞198円を

花王
キュキュットオレンジ 本体
＜250ml＞178円を

ユニチャーム
ソフィふわごこち無香
＜40枚＞198円を

花王
ワイドハイター詰替
＜720ml＞198円を

ミヨシ
無添加食器洗い石鹸スタンディング
＜350ml＞178円を

大和産商
ツルマルマッチ 並型
＜1個＞198円を

150均一円



**Gumpy
ガンピー**

営業時間
AM9:00~PM9:00
豊岡市日高町国分寺228-1
Tel 0796-42-5195

広告掲載期間

11月
15(金)~18(月)
日 日

結クッキング

管理栄養士
小林理絵さんの料理教室

テーマ パーティーメニュー

日時 11月19日(火)
午後1時30分~

メニュー

・ころころライスコロツケ
・茹かキャベツのポテサラ巻き
・りんごゼリー

参加費
700円