

ガンピーは、食べて元気になる食材を提供します

12/3日(火) 限り

ガンピーいきいきカード会員様
お買上金額2000円以上で
ガンピーポイント **3倍** 進呈日

お1人様合せて2袋限り

三井製糖
上白糖
<1kg>
198円を **159円**

三井製糖
三温糖
<1kg>
228円を **189円**

青果コーナー **100円均一**

長野産
キャベツ<1個>
兵庫但馬産他
レタス <1個>
兵庫但馬産
ブロッコリー<1株>

はくさい<1/4カット>
ニラ <1袋>

藤澤
煮干 徳用
<500g>
890円を **599円**

お惣菜コーナー
丼物いろいろ
350円均一
・中華丼 ・牛丼 など

家族みんなの笑顔を応援します

12/4 水曜 生鮮市 限り

青果 **こだわりみかんを集めました**

和歌山・有田
田村みかん
<L・M・S 1袋> **498円**

和歌山 有田
新堂みかん
<L・M・S 1袋> **498円**

和歌山 上秋津
こつぶみかん
森山みかん
<SS 1kg> **298円**

和歌山 有田
こつぶみかん
甘〜い
<SS 1kg> **198円**

お肉 上品な味わいが食に華やかさを加えます

フリーデン **オードブル**

写真はイメージです。

お魚 香住産 **紅かに**
<1杯> **480円**

お鍋にどうぞ

広島産
加熱用生かき
<150g> **280円**

香住産
生真タラ切身
<100g当> **138円**

香住産
生キツネタラ切身
<100g当> **138円**

香住・瀬平水産
干しハタハタ
<5尾> **398円**

香住・瀬平水産
干しエテカレイ
<特大1尾> **280円**

お惣菜 ガンピー特製
お弁当各種 **350円均一**
<1人前>

フリーデン
えびと野菜のテリーヌ <150g>
サーモンのテリーヌ <150g>
やまと豚肩ロース焼き豚 <200g>
ソフトサラミ黒胡椒 <300g>
各780円

フリーデン
フォアグラのテリーヌ
<150g> **880円**

フリーデン
ローストハムブロック
<370g> **1,480円**

お酒コーナー3日間のお買得品

宝酒造 本みりん純米 <600ml> 399円を 349円	アサヒ クリアサビ プライムリッチ <350ml×6> 648円を 619円
清洲桜酒造 えなも麦 25度バック <1800ml> 1080円を 980円	キリン 濃い味糖質ゼロ <350ml×6> 648円を 619円
小正酒造 小鶴 くろ <1800ml> 1920円を 1,780円	キリン 一番搾り <350ml×6> 1078円を 1,959円
霧島酒造 吉助 黒 <720ml> 1480円を 1,290円	サッポロ エビスビール <350ml> 228円を 189円
サントリー スペシャルリザーブ <700ml> 2280円を 2,090円	サントリー -196℃秋りんごチューハイ <350ml> 128円を 105円
老松酒造 田五作 麦25度 <2700ml> 2110円を 1,980円	飯田 テラブリ・カルメネル <750ml> 892円を 798円
月桂冠 月桂冠 月 パック <1800ml> 1785円を 1,690円	飯田 フィンカ07ソフィエマルベ <750ml> 1890円を 1,590円
香住鶴 山崎仕込 但馬の自信 パック <900ml> 1050円を 980円	モトックス シャトーヴァントナック <750ml> 1460円を 1,280円
竹泉 竹泉 精撰バック <1800ml> 1785円を 1,690円	フランス マルナン ブルゴーニュシャルドネ <750ml> 1940円を 1,790円

12/5 木曜 限り

お1人様1本限り

ミツカン
味ぽん酢
<600ml>
298円を **198円**

旭松
こうや豆腐
<10個>
198円を **179円**

お惣菜コーナー
なごみちゃん
炊込みご飯
<100g当> **178円**

お1人様2箱限り

エスビー
おでんの素
<80g>
105円を **79円**

お1人様2本限り

かどや製油
ごま油
<200g>
278円を **179円**

お1人様2袋限り

オーマイ
ロングスパゲティ1.7mm
<300g>
105円を **79円**

中島食品
絹こし豆腐
<450g>136円を **108円**

中島食品
木綿とうふ
<450g>136円を **108円**

ヤマサ蒲鉾
北海の味サラダ
<72g>148円を **98円**

吉岡麺類
中華そば 1玉
<130g>75円を **49円**

食品コーナー3日間のお買得品

味の素 コンソメ固形 <7個入> 105円を 98円	北前船物産 お徳出し <100g> 398円を 348円
大森屋 緑黄野菜ふりかけ <50g> 198円を 168円	ハウス ジャワカレー(中辛・辛口) <各207g> 248円を 208円
カゴメ 完熟ホールトマト <400g> 128円を 99円	カゴメ トマトジュース <900g> 278円を 238円
UCC ザブレンド117 <90g> 398円を 348円	

この冬試してみたい お鍋

ほっかほっかお鍋で! あったまる!

シメはご飯とチーズでリゾットで!

豆乳鍋

マルサン 豆乳鍋スープ
<800g> **198円**

北海道産
生秋サケ切身
<3切>
398円を **298円**

北海道産
ホタテ貝柱
<100g当>
398円を **358円**

長野産他
にんじん
<1袋> **128円**

新潟産
まいたけ
<1パック> **158円**

長野産
しめじ茸
<100g> **88円**

但馬産
福美味絹厚あげ
<4個入> **128円**

宮島醤油 鶏鍋スープ
<400g> **298円**

国内産
鶏だんご
<1パック> **298円**

フリーデン
ポトフウィンナー
<144g> **398円**

兵庫但馬産
きやべつ
<1個> **248円**

鳥取産
長ねぎ
<1袋> **98円**