

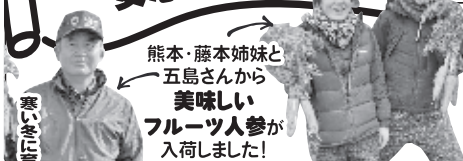
# 庭やプランターで野菜を育てる

マイケル・ポーラン著  
「フード・ルール」より抜粋

自分で食べ物を育ててみると、食との関係を見直すことができます。庭でできる野菜はきわめて新鮮で、栄養的に最もすぐれています。

春のガンピー  
おすすめ野菜は  
安心安全です

6日~8日±3日間 おすすめの商品!



熊本・藤本姉妹と五島さんから美味しいフルーツ人参が入荷しました!

**五島さん(特裁基準)**  
熊本産 <1袋>  
フルーツにんじん  
本体価格 **248円**  
(税込価格 267円)

**藤本姉妹(特裁基準)**  
熊本産 <1袋>  
フルーツにんじん  
本体価格 **248円**  
(税込価格 267円)

**神戸西藤原さんの「節水トマト」**  
兵庫産 <1パック>  
本体価格 **348円**  
(税込価格 375円)

ネオニコチノイドは神経伝達を阻害する殺虫剤農薬です。カラダの小さなお子様には避けたい農薬なんです。ガンピーの産直農家さんの多くはネオニコフリーです!

谷芳農園【特裁基準】	岡崎農園【特裁基準】	誠武農園【特裁基準】
京丹後産 <1袋> 鳴門金時サツマイモ 本体価格 <b>299円</b> (税込価格 322円)	京丹後産 <1袋> ソネオニコほうれん草 本体価格 <b>158円</b> (税込価格 170円)	京丹後産 <1袋> ソネオニコ小松菜 本体価格 <b>148円</b> (税込価格 159円)

博農八木さん【特裁基準】	地元オーガニック野菜たちもガンピーで	SORA農園【JAS有機栽培】
兵庫たつの産 キャベツ <1玉> 本体価格 <b>398円</b> (税込価格 429円)	兵庫たつの産 <1袋> ブロッコリー 本体価格 <b>298円</b> (税込価格 321円)	京丹後産 <1袋> オーガニックケール 本体価格 <b>178円</b> (税込価格 192円)

廣井農園【JAS有機栽培】		
豊岡出石産 <1袋> オーガニックほうれん草 本体価格 <b>178円</b> (税込価格 192円)	豊岡出石産 <1袋> オーガニック小松菜 本体価格 <b>168円</b> (税込価格 181円)	豊岡出石産 <1袋> オーガニック水菜 本体価格 <b>168円</b> (税込価格 181円)

**こめ油の日!**

TSUNO 築野食品 **こめ油**

こめ油は100%お米を原料とした、良質の植物油です!

<500g> 本体価格 **380円**  
(税込価格 410円)

<1500g> 本体価格 **888円**  
(税込価格 959円)

**お買得!**

**塩干魚増量パック**

蔵平水産 干しハタハタ【大】 塩かけ使い干しました  
6尾 **478円** (税込価格 516円) | 10尾 **598円** (税込価格 645円)

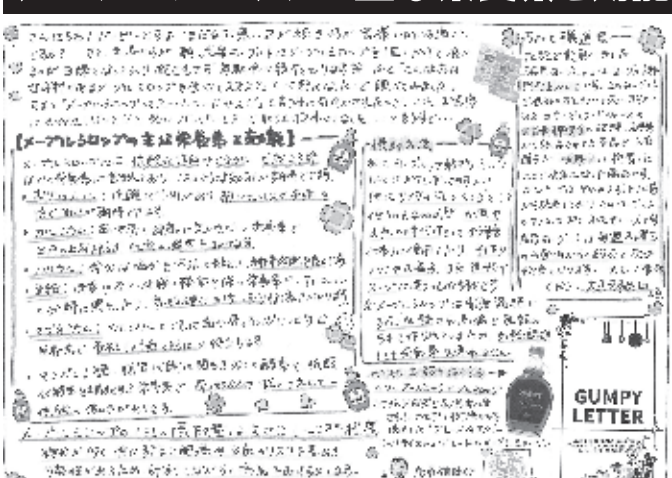
蔵平水産 干しエテカレイ【大】 通常2尾で598円を  
1尾 **280円** (税込価格 302円) | 3尾 **598円** (税込価格 645円)

淡路産 <65g> **上乾ちりめん**  
通常本体価格100g980円を  
写真イメージです  
598円 (税込価格 645円)

淡路で獲れたらすを釜揚げし、上干に仕上げました

ガンピーレターを発行しました! 詳しい内容は店頭で!

## メープルシロップの主な栄養素と効能



詳しい内容は、ご来店時に店頭のガンピーレターをご覧ください!  
(印刷したものををご用意しております。ご自由にお持ち帰りくださいませ。)

**New 新商品**

豆腐感をしっかり残した浮かし揚げです。ずっしりと肉厚で食べごたえがあります。

マルツネ ぼつてり揚げ <1枚>  
本体価格 **168円**  
(税込価格 181円)

ほわっとかき揚げ。中に具材を詰めることができます。

マルツネ <4枚> 国産薄揚げ  
本体価格 **168円**  
(税込価格 181円)

**お弁当や春おでんにどうぞ!**

駿河湾の新鮮ないわしのすり身に減農薬ねぎを混ぜてホイリしたものです。

新鮮なたこを調味したすり身にボール状にまとめ菜種油で揚げてあります。

減農薬ねぎを練り込んだ一口サイズの揚げ物。お弁当にも!

いちろうこ <4個> **うずら卵天** 本体価格 **380円**  
(税込価格 410円)

いちろうこ <8個> **いわし団子** 本体価格 **280円**  
(税込価格 302円)

いちろうこ <8個> **たこぼーる** 本体価格 **280円**  
(税込価格 302円)

いちろうこ <100g> **ねぎざきり揚** 本体価格 **350円**  
(税込価格 378円)

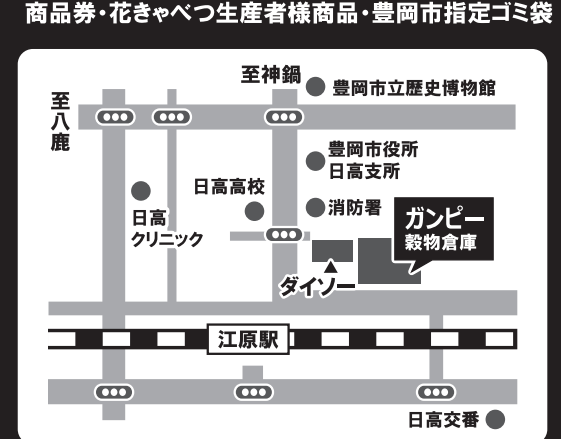
Gumpy インフォメーション

3月13日(木)  
お客様全員対象

**お買得! 5%引き**

お買上げ金額より

【割引対象外商品】  
商品券・花きやべつ生産者様商品・豊岡市指定ゴミ袋



**Rommyさん / シフォンケーキの試食販売**

3月8日(土)

10:00~ 売切れ次第終了いたします

豊岡江本の小さな店でシフォンケーキを作っています。この機会にぜひお試しください。

公式SNSをチェック! follow me!

Instagram #ガンピー穀物倉庫 #ガンピー gumpy\_kokumotu\_souko

3月6日(木) 限り

お客様全員対象

**お買得! 5%引き**

お買上げ金額より

【割引対象外商品】 商品券・花きやべつ生産者様商品・豊岡市指定ゴミ袋

たまごを除くお買上げ金額 1,000円(税込)以上で

限定100パック

お一家族様1パック限り

伸和青果 <10個入> たまごMサイズ

本体価格 **178円**  
(税込価格 192円)

国内産 <100g当> やまと豚ロース 生姜焼き用

本体価格 **248円**  
(税込価格 267円)

3月7日(金) 限り

国内産 <100g当> やまと豚バラスライス

本体価格 **248円**  
(税込価格 267円)

3月8日(土) 限り

国内産 <100g当> やまと豚こまぎれ

本体価格 **148円**  
(税込価格 159円)

ガンピーでも はばタンPay+ 使えます

デジタル券 令和7年5月31日(土)まで

※利用期間を過ぎると無効となりますのでご注意ください

広告の品の掲載商品は、本体価格と税込価格を併記しています