

本当の食べ物を、植物を中心に、ほどよい量だけ食べる

工業が生み出した食べ物どきを避けて、本当の食べ物を選ぶ。

マイケル・ポーラン著 “フード・ルール”より抜粋

13㊥~15㊥ 3日間 おすすめの商品!

和歌山田辺秋津産

森山農園 産地直送

和歌山産 **はるみ** (1袋) 本体価格 **538円** (税込価格 581円)

和歌山産 **せとか** (1袋) 本体価格 **580円** (税込価格 626円)

和歌山 有田生の「春峰」は、清見×水晶文旦のほどよい爽やかな甘さ、みかんのように手で割れます。和歌山産 **春峰** (1袋) 本体価格 **580円** (税込価格 626円)

産地から食卓に「美味しい笑顔」を届ける

大田市場直送フルーツ

王様のフルーツが入荷中
糖度センサー12度以上の完熟オレンジは絶品です!

アメリカ産他 (1袋) **王様オレンジ** 本体価格 **598円** (税込価格 645円)

葉とらずりんご

青森産 (1玉) **葉とらずサンふじ** 本体価格 **198円** (税込価格 213円)

青森産 (1袋) **葉とらずサンふじ袋** 本体価格 **780円** (税込価格 842円)

岡崎農園

京丹後産 (1パック) **かおりの苺** 本体価格 **580円** (税込価格 626円)

経木で包んだ**塩味納豆**
駿河湾 深層水を使用

大粒 大粒 大粒 小粒

静岡県産のフクユタカを使用 山形県産のみどり大豆を使用 北海道産の光黒大豆を使用 北海道産特栽培鈴丸大豆を使用

エコな納豆 プラスチックごみを出さない環境にやさしい納豆です。たれ、からし無しです。

富良食品 (各45g) ●静岡県産大豆 ●越後みどり大豆 ●光黒大豆 ●北海道産特栽培鈴丸大豆

経木納豆 本体価格 **130円** (税込価格 140円)

簡単調理でごちそうメニュー

焼くだけで簡単に一品が出来上がります。有機栽培の新潟県産の大豆使用。一枚一枚、丁寧に手揚げされています。大根おろし、大葉、白髪ねぎ、ポン酢等でお召し上がりください。

豆撰 **栃尾の油揚げ** (1枚) 本体価格 **280円** (税込価格 302円)

豆撰 **栃尾の油揚げ** (1枚) 本体価格 **430円** (税込価格 464円)

ふるさととうふ **もめん豆腐** (700g) 本体価格 **178円** (税込価格 192円)

春一番!

秋田産他 (1パック) **ふきのとう** 本体価格 **598円** (税込価格 645円)

兵庫産 (1玉) **地元兵庫の春キャベツ** 本体価格 **398円** (税込価格 429円)

兵庫産 (1パック) **淡路島の菜の花** 本体価格 **248円** (税込価格 267円)

秋田産他 (1パック) **こごみ** 本体価格 **398円** (税込価格 429円)

春のガンピー おすすめ野菜は安心安全です

博農八木さん (特裁基準) 兵庫たつの産 **キャベツ** (1玉) 本体価格 **398円** (税込価格 429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)

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)

ガンピーおすすめの塩魚・干し魚が

脂の乗りは最高!

日本海で獲れたエテカレイを塩だけ使い干しました

ノルウェー産 **塩鯖切身** (2切) 本体価格 **338円** (税込価格 365円)

蔵平水産 **エテカレイ【特大】**

1尾 本体価格 **298円** (税込価格 321円)

2尾 本体価格 **598円** (税込価格 645円)

朝ごはんにどうぞ!

チリ産 **甘塩銀鮭**

2切 本体価格 **358円** (税込価格 386円)

3切 本体価格 **528円** (税込価格 570円)

3月 **13日** 木 限り

お客様全員対象

お買得デ-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

お一家族様1パック限り

限定 **100** パック

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 **和牛こま切れ肉** (200g入) 本体価格 **580円** (税込価格 626円)

3月 **14日** 金 限り

国内産 (100g当) **三元豚こまぎれ** 本体価格 **198円** (税込価格 213円)

3月 **15日** 土 限り

シニアカード 会員様デー

65歳以上の方ならどなたでもご入会頂けます

10%引き

お買上げ金額より

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)

【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

Gumpyインフォメーション

3月20日 木

お客様全員対象

お買得デ-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

お申込み受付中

食の勉強会

テーマ「加工肉」

4月23日 水

時間 **14:00~16:00**

場所 **ガンピー穀物倉庫 森のカフェ**

定員 **50名様** ※お申込みが必要

参加費 **無料** 講師 **富永昌良** 理事長

春のお彼岸

3月17日(彼岸入り)~3月23日(彼岸明け)

お墓参り・お供花は是非ガンピーで

3月16日 日 ~販売

・仏花・大菊・小菊・スプレー菊
・さかき・彼岸王・お彼岸セット花 他

ガンピーでも **はばタンPay+ 使えます**

デジタル券 令和 **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