

# 野菜のゆで汁は捨てずに使う

マイケル・ポーラン著  
“フード・ルール”より抜粋

野菜のゆで汁には、ビタミンなど体にいい成分が豊富に含まれています。スープやソースのだしに使ってみましょう。(農薬の使っていない野菜を使用しましょう)

17(木)~19(土) 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

カラマンダリンは旨みが凝縮!  
濃厚な甘味とほどよい酸味も魅力的

真っ赤なフラットオレンジのタロッコ

和歌山産 タロッコ (1袋) 本体価格 **580円** (税込価格 626円)

和歌山産 (1袋) セミノール 本体価格 **498円** (税込価格 537円)

和歌山産 (1袋) カラマンダリン 本体価格 **498円** (税込価格 537円)

甘みと酸味のバランスが良く、爽やかな甘味と味わい

特裁基準 岡崎農園 京丹後産 (1パック) 本体価格 **580円** (税込価格 626円)

長崎産他 (1パック) ゆめのか苺 本体価格 **398円** (税込価格 429円)

長崎産他 (1パック) ゆうべに苺 本体価格 **398円** (税込価格 429円)

但馬京丹後産他 (1パック) あきひめ苺 本体価格 **398円** (税込価格 429円)

一度も冷凍していない 生の本まぐろ ならては、旨みと食感をぜひ!

盛り合わせのまぐろもこちらを使用しています

神鍋のきれいな水で育てられたサーモンです。プリプリの身でくさみも少ないです

長崎産 **生本まぐろ** 刺身用

赤身 (100g当) 本体価格 **980円** (税込価格 1,058円)

中トロ (100g当) 本体価格 **1,280円** (税込価格 1,382円)

兵庫産 (100g当) 神鍋清流サーモン切身 本体価格 **458円** (税込価格 494円)

葉とらずりんご

青森産 (各1玉) 葉とらずサンふじ、葉とらずサンジョナ

本体価格 **198円** (税込価格 213円)

産地から食卓に「美味しい笑顔」を!

大田市場直送フルーツ

アメリカ産他 (1袋) 糖度12度以上の王様オレンジ 本体価格 **598円** (税込価格 645円)

ニュージーランド産 (1パック) 熟したベリー-の甘さのルビーレッドキウイ 本体価格 **680円** (税込価格 734円)

UAE産 (1パック) クランチ感タップリのクラッシュブルーベリー 本体価格 **2,980円** (税込価格 3,218円)

17(木) 限り

鯛めし (1合パック) 本体価格 **398円** (税込価格 429円)

18(金) 限り

ホタルイカの炊き込みごはん (1合パック) 本体価格 **280円** (税込価格 302円)

19(土) 限り

生ネタのバラ寿司 (1パック) 本体価格 **498円** (税込価格 537円)

春のお野菜

兵庫産 (1玉) 地元兵庫の春キャベツ 本体価格 **198円** (税込価格 213円)

兵庫産 (1個) 地元兵庫の春ブロッコリー 本体価格 **148円** (税込価格 159円)

熊本産他 (1袋) 新たまねぎ 本体価格 **248円** (税込価格 267円)

熊本産他 (1袋) 新じゃが 本体価格 **198円** (税込価格 213円)

17(木)~19(土) 3日間

●12:00より販売~

自然の味のオイスターソースを使ってやさしい味に仕上がりました。お子様にも食べやすいです! 家族みんなで召しあがれ!

もやしを使った青椒肉絲 (1パック) 本体価格 **398円** (税込価格 429円)

なごみちゃんのお茶碗蒸し (1人前) 本体価格 **300円** (税込価格 324円)

蒸し焼売 (4個) ●揚げ焼売 (4個) ●肉餃子 (8個) ●大きな肉餃子 (4個) 本体価格 **398円** (税込価格 429円)

4月 17(木) 限り

お客様全員対象

お買得デー **5%引き**

お買上げ金額より

【割引対象外商品】商品券・花きゃべつ生産者様商品・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)

但馬産 若鶏もも肉 (100g当) 本体価格 **128円** (税込価格 138円)

4月 18(金) 限り

ガラポン抽選会

抽選券をお忘れなく!

時間 9:00~17:00

1等	2等	3等
ガンビー商品券 1,000円分	ガンビー商品券 500円分	ガンビー商品券 100円分
20本	30本	50本

参加賞 ガンビーポイント3ポイント進呈

4月 19(土) 限り

但馬産 (100g当) 若鶏むね肉 本体価格 **78円** (税込価格 84円)

4月 19(土) 限り

但馬産 (100g当) 若鶏ささみ 本体価格 **98円** (税込価格 105円)

Gumpu インフォメーション

4/24(木) お客様全員対象

お買得デー **5%引き**

お買上げ金額より

【割引対象外商品】商品券・花きゃべつ生産者様商品・豊岡市指定ゴミ袋

食の勉強会

テーマ「加工肉」 お申込み受付中

4月23日(水)

時間 14:00~16:00

場所 ガンビー殺物倉庫 森のカフェ

定員 50名様 ※お申込みが必要です

参加費 無料 講師 富永昌良 理事長

大好評 今日だけ!

朝焼きパンが食べられます!

神鍋道の駅のパン屋さん Pain de "A" 岡田 梓 様

4月17日(木) 9:00~17:00 (予定) ※無くなり次第終了いたします

豊岡市プレミアム付商品券

PREMIUM 豊岡

ガンビーでも使えます

商品券の使用期限 令和7年9月30日(火)まで

はばタン Pay+ 使えます

プレミアム付デジタル券 はばタン Pay+ 4種

デジタル券 令和7年5月31日(土)まで

閉店時間変更のお知らせ

4月30日(水)は 決算欄卸の為 午後7時閉店

とさせていただきます。

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