

自然な甘さのものを食べる

マイケル・ポーラン著
“フード・ルール”より抜粋

自然のままの食べ物は、必ずといっていいほど糖分が食物繊維と組み合わせられているため、吸収が遅くなり、カロリーを摂取しすぎる前に満腹になります。果汁を飲むより果実そのものを食べた方がいいのは、そのためです。

26㊥~29㊥ 4日間 おすすめの商品!

シャリシャリの食感、は抜群! 糖度も申し分ありません。

大玉の原倉すいかは、甘くておいしいすいかです。

写真はイメージです

大きな10kg~12kgの大玉すいかです

熊本産 原倉大玉すいか

1玉 本体価格 2,980円 (税込価格 3,218円)

1カット 本体価格 398円 (税込価格 429円)

皮が薄く、食べる部分が多く、食べやすい! 大玉すいかよりも糖度も高い品種が多く、冷蔵庫にもまるごと入るため、人気があります!

鳥取産他 小玉すいか ひとりじめなど <1玉>

本体価格 1,980円 (税込価格 2,138円)

写真はイメージです

写真はイメージです

鳥取産 <1袋> 鳥取福部村 洗いらっきょう

本体価格 1,480円 (税込価格 1,598円)

季節の Gift

静岡産 <1玉> 静岡アロームロン

本体価格 2,980円 (税込価格 3,218円)

写真はイメージです

山梨・長野産他 <1房> シャインマスカット

本体価格 3,980円 (税込価格 4,298円)

写真はイメージです

茨城産他 <1玉> アンデスメロン

本体価格 1,980円 (税込価格 2,138円)

写真はイメージです

但馬神鍋産 ベルルージュ苺 <1パック>

本体価格 780円 (税込価格 842円)

写真はイメージです

旬を迎えるお野菜

兵庫産 <1個> 地元但馬のトマト

本体価格 128円 (税込価格 138円)

兵庫産 <1パック> 地元但馬丹後 ミニトマト

本体価格 198円 (税込価格 213円)

兵庫産 <1個> 地元但馬の ブロッコリー

本体価格 158円 (税込価格 170円)

Sweets Fair

6/26㊥~29㊥

うっとうしい時期こそ、おいしいスイーツを食べて、心はハッピー! ハッピー!

生産者様がこだわり抜いて作り上げたカラダに優しい安心・安全なスイーツばかり!

▲ cafe daily ship

▲ boso BOSO

▲ Rommy

▲ 神美堂

▲ Low Carb House

▲ ほたるこひい

▲ Devin

▲ 田中 始

▲ cafe selen

▲ ポムアンナ

▲ 天地有氣 spice herb healing

▲ 売切御免 / いつも美味しいスイーツばかりが出てくるので、どれにしようか迷ってしまいますね

Gumpy インフォメーション

7月3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

番外編「雑貨」のお話です お申込み受付中

食の勉強会

テーマ 石けん・合成洗剤の違い

7月2日 水

時間 14:00~16:00

場所 ガンビー穀物倉庫 森のカフェ

定員 50名様 ※お申込みが必要

参加費 無料

講師 こだわりの味協同組合 富永 昌良 理事長
株式会社 愛農流通センター 代表取締役 江端 貴様

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" (パン・ド・ア) 岡田 梓様

6月26日 木 9:00~17:00 (予定) ※無くなり次第終了いたします

店頭販売

低糖質お菓子のお店 loving

6月28日 土 10:00~17:00

ダイエット中に我慢している方や健康志向の方にも毎日ヘルシーなおやつが楽しめる甘くて美味しくからだに優しい幸せなお菓子 砂糖、小麦粉、人工甘味料不使用 こだわりの材料で作っています

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

6月 26㊥ 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 198円 (税込価格 213円)

但馬産 若鶏もも肉 <100g当>

本体価格 138円 (税込価格 149円)

写真はイメージです

6月 27㊥ 金 限り

但馬産 <100g当> 若鶏むね肉

本体価格 88円 (税込価格 95円)

写真はイメージです

6月 28㊥ 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)

写真はイメージです

毎週 木曜日 お昼頃販売開始

世界一の「男」が「世界一おいしい」と称したあの話題のヨーグルト!

岩手県産原料乳と独自の乳酸菌から作る本格的なヨーグルトです。低温長時間発酵で独特のもちもち食感を作り出しました。

岩泉 <各1kg> 岩泉ヨーグルト プレーン・加糖

本体価格 798円 (税込価格 861円)

写真はイメージです