

ものを大切に、コンポスト(堆肥)をつくり、そしてリサイクルに努めましょう アリス・ウォーターズ著
 “アート オブ シンプルフード” より抜粋
 バスケットを持ってマーケットに行きましょう。使える包装はなんであれ再利用。キッチンから出る生ゴミはリサイクルを考えて、料理するときには近くにコンポスト用のバケツを用意しておきましょう。節約すればするほどゴミは少なくなり、より気分良く、快適に感じるようになるはずですよ。

写真はイメージです

13㊦~15㊦ 3日間 おすすめの商品!

ご先祖様のお迎えに
おはぎ
 2個入 本体価格 **338円**
 (税込価格 365円)

13㊦ 日 限り

お昼はお弁当にしようか!
 日替です
 お買得

13㊦ 日 限り

ちらし寿司
 〈1パック〉
 本体価格 **420円**
 (税込価格 453円)

お昼は
 お弁当に
 しようか!
 日替です
 お買得

13㊦ 日 限り

サーモン弁当
 〈1食〉
 本体価格 **630円**
 (税込価格 680円)

14㊦ 金 限り

チキンカツ弁当
 〈1食〉
 本体価格 **630円**
 (税込価格 680円)

15㊦ 土 限り

カラコロ弁当
 〈1食〉
 本体価格 **630円**
 (税込価格 680円)

写真はイメージです

家族揃って
ビール
 乾杯
 岩手で育った
 フランス赤鶏
 抗生物質を使
 わずより安全な
 鶏肉を食卓に!!
 お買得です!

赤鶏手羽元あぶり焼
 ・ガーリック・レモン
 〈各4本入〉
 本体価格 **398円**
 (税込価格 429円)

手羽元黒胡椒焼
 〈1パック〉
 本体価格 **420円**
 (税込価格 453円)

写真はイメージです

お刺身・お寿司に大切なお客様にはこたわった商品でもてなし

国内産丸大豆仕込醤油の中に、再度丸大豆、小麦からなる麹を仕込み、さらに一年、木樽の中でじっくりと発酵熟成させたもろ味から搾りました。
 正金 〈150g〉 本体価格 **380円**
 二段仕込み (税込価格 410円)

丸大豆・小麦を原料とした醤油に、さらにもう一度丸大豆・小麦で作った「きあげ醤油」を加えて仕込む二度仕込製法の本醸造醤油です。
 寺岡醸造 〈150ml〉 本体価格 **320円**
 寿司用 (税込価格 345円)

マル井 〈40g〉 ムソー 〈40g〉
 生わさび 旨味本来 生わさび
 本体価格 **388円** 本体価格 **350円**
 (税込価格 419円) (税込価格 378円)

写真はイメージです

13㊦ お昼頃より販売
 山口製菓 あんドーナツ
 〈1個〉 本体価格 **168円**
 (税込価格 181円)

長靴をはいた熊 〈1個〉
 キャラメルタルト
 本体価格 **650円**
 (税込価格 702円)

八天堂 各1個
 ・極あんぱん 本体価格 **218円**
 ・極くりーむぱん (税込価格 235円)

アレルギー特定原材料等28品目不使用のパン
 家族みんなで揃って食べるとおいしいね
 新潟県産米粉を主原料に100%使用した米粉食パンです
 タイナイ 〈1個〉 本体価格 **500円**
 おこめ食パン (税込価格 540円)

米、とうもろこしでんぶん、オリゴ糖、砂糖、米油、酵母、塩の7つの素材を使って焼き上げました
 タイナイ 本体価格 **650円**
 原料7つで焼き上げた米粉パン (税込価格 702円)

玄米の栄養を丸ごと食べられる玄米食パンです。
 タイナイ 〈1個〉 本体価格 **650円**
 玄米食パン (税込価格 702円)

香美町香住区

蔵平水産

写真はイメージです

蔵平水産 〈5尾〉
 干しハタハタ【特大】
 本体価格 **558円**
 (税込価格 602円)

蔵平水産 〈100g当〉
 干しハタハタドレス
 本体価格 **380円**
 (税込価格 410円)

蔵平水産 〈6尾〉
 干しエテカレイ【特大】
 本体価格 **1,980円**
 (税込価格 2,138円)

蔵平水産 〈8尾〉
 干しエテカレイ【大】
 本体価格 **1,980円**
 (税込価格 2,138円)

写真はイメージです

ふるさとの味
進物用

浜坂でとれたイカをすくに加工。加工に使用する調味料は、甘味料・保存料不使用のものを使っています
 山米鮮魚 赤いか塩辛 〈120g〉 本体価格 **1,280円**
 (税込価格 1,382円)

山米鮮魚 〈各120g〉
 ・ほたるいかのこうじ漬け
 ・ほたるいかの沖漬け
 本体価格 **680円**
 (税込価格 734円)

New 新商品

写真はイメージです

ぶらうん 〈各250gカップ〉 本体価格 **450円**
 ごちそうたまごどうふ (税込価格 486円)

山陰産のトビウオを骨ごとミンチにして練り込んだあご板です。そのままでも、又、わさび醤油とも合います。
 二方 〈100g〉
 旬あご板 本体価格 **258円**
 (税込価格 278円)

無添加のキムチで食欲アップ
 森川
 ・ベチュキムチ(白菜) 〈230g〉
 ・キャベツキムチ 〈230g〉
 ・カクテキ(大根) 〈230g〉
 ・イカキムチ 〈150g〉
 本体価格 **660円**
 (税込価格 712円)

平川屋 濃厚胡麻豆腐 〈100g×2〉 本体価格 **298円**
 (税込価格 321円)

8月 13㊦ 日 限り

ガンピーいきいきカード
会員様限定

お買上げ
 金額より

5%引き

【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

伸和青果 〈10個入〉
 これがいい(たまご)
 本体価格 **298円**
 (税込価格 321円)

但馬産 若鶏もも肉 〈100g当〉
 本体価格 **138円**
 (税込価格 149円)

8月 14㊦ 金 日 限り

但馬産 〈100g当〉
 若鶏むね肉
 本体価格 **88円**
 (税込価格 95円)

8月 15㊦ 土 日 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

お買上げ
 金額より

10%引き

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

8月18日 火

ガンピーいきいきカード
会員様限定

お買上げ
 金額より

5%引き

【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

食の勉強会

テーマ「遺伝子組み換えって何?」

お申込み
 受付中

8月22日 土

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

使用済み・食用油 回収して
 期限切れ います!

▼回収できるもの
 ◎植物性の油

【例】
 ・サラダ油・菜種油・べに花油・米油
 ・コーン油・ごま油・アマニ油・大豆油
 ・ひまわり油・オリーブオイル など

出し方
 ①冷ました油を、透明なペットボトルに入れる
 ②きつくキャップを閉める
 ③ペットボトルを、そのまま回収ボックスに入れる

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

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