

食祭館 中谷

いつも中谷をご愛顧いただきありがとうございます。

金木本店 0173-52-3473 年中無休
五所川原店 0173-35-2077 年中無休
4~12月あさ8:30~19:00
1~3月あさ8:30~18:00



2022 6月も 激安



毎日が 2週間

happy sale price

6/23~7/6

5月6月も!
19時閉店です。
ゆくりお買い物
してくださいね!



次回はお得クーポン付き
店内配布チラシ

木 6/23 6/30	金 6/24 7/1	土 6/25 7/2	日 6/26 7/3	月 6/27 7/4	火 6/28 7/5	水 6/29 7/6
-------------	------------	------------	------------	------------	------------	------------

キャベツ 1玉 158円 税込 171円	バナナ 100g 18円 税込 20円	大根 1本 138円 税込 149円	パイナップル 1玉 348円 税込 376円	人参 約500g 138円 税込 149円	さくらんぼ 1パック 480円 税込 519円	白菜 1玉 288円 税込 311円	森のバナナくん 1袋 148円 税込 160円	かぼちゃ 1玉 338円 税込 365円	小玉すいか 1玉 580円 税込 627円	玉ねぎ 100g 28円 税込 31円	セミノールオレンジ 4コ 350円 税込 378円	レタス 1玉 98円 税込 106円	なつみオレンジ 4コ 348円 税込 376円
ほうれん草 1束 88円 税込 95円	甘夏 大3玉 298円 税込 322円	ミニトマト 1パック 138円 税込 149円	メキシコマンゴー 1玉 280円 税込 303円	小松菜 1束 88円 税込 95円	落花生 1袋 258円 税込 279円	アスパラガス 1束 168円 税込 182円	フジ 1袋 380円 税込 411円	きゅうり 約500g 158円 税込 171円	無塩ローストくるみ 1袋 498円 税込 538円	トマト 2コ 1パック 158円 税込 171円	いちご 1パック 428円 税込 463円	なす 1袋 178円 税込 193円	メロン 1玉 580円 税込 627円
ササギ 1袋 188円 税込 203円	干プルーン 1袋 280円 税込 303円	ねぎ 1束 98円 税込 106円	オクラ 1袋 88円 税込 95円	ごぼう 1袋 138円 税込 149円	しろ 1束 118円 税込 128円	ピーマン 1袋 88円 税込 95円	じゃがいも とうや 100g 23円 税込 25円	きくらげ 1パック 188円 税込 203円	とうもろこし 1本 168円 税込 182円	白カブ 1束 128円 税込 139円	生にんにく 約1kg 1180円 税込 1275円	サント菜 1束 78円 税込 85円	まいたけ 1パック 78円 税込 85円

冷凍タコ頭 100g当 130円 税込 141円	冷凍メヌケセンターカット 100g当 80円 税込 87円	ヌカいわし 5本入 280円 税込 303円	銀鮭ハラス 1kg 980円 税込 1059円	三富 しめさば 1袋 100円 税込 108円	甲いかうにかにみそ 80g 280円 税込 303円	秋鮭切身 1kg入 1080円 税込 1167円
------------------------------------	---	----------------------------------	-----------------------------------	-----------------------------------	--------------------------------------	------------------------------------

沖縄久米島特産洗もずく 100g当 100円 税込 108円	くるみ小女子 100g当 250円 税込 270円	グラタンコロッケ 1パック6コ入 380円 税込 411円	さぎなみさきいか 200g 450円 税込 486円	冷凍丸天 5枚入 198円 税込 214円	生干いか 2枚入 480円 税込 519円	エビ屋が作ったエビフライ 8匹入 258円 税込 279円
--	-------------------------------------	---	--------------------------------------	---------------------------------	---------------------------------	---

国産 豚三枚肉 100g当 138円 税込 149円	国産 豚小間切肉 100g当 108円 税込 117円	国産 豚ひき肉 100g 98円 税込 106円	金山寺味噌漬 豚肩ロース肉 300g 278円 税込 301円	岩手県産 鶏手羽先 約1kg 370円 税込 400円	岩手県産 手羽元 約1kg 370円 税込 400円	アメリカ産 牛バラ肉 100g当 158円 税込 171円
岩手県産 鶏もも肉 100g当 98円 税込 106円	岩手県産 タレ付豚足 1袋 298円 税込 322円	国産 豚生もつ 500g 88円 税込 95円	タキザワ あらびきポーク ウィナー-200g入 258円 税込 279円	岩手県産 鶏心ね肉 100g当 58円 税込 63円	国産 豚肩ロース 100g当 148円 税込 160円	鶏てり焼き 1コ 108円 税込 117円

家族 1パック たまご10コ入LLサイズ 178円 税込 193円	ブルボン チョコ&コーヒービスケット 75円 税込 81円	家族 1パック たまご10コ入LLサイズ 178円 税込 193円	サントリー 伊右衛門 濃い味 600ml 68円 税込 74円	ハウス オーザック あっさり塩・磯のり 各1袋 88円 税込 95円	日糧パン 食パン 6枚切 8枚切 各1袋 88円 税込 95円	ハヤシ漬物 梅かつおたくわん・新潟の 98円 恵かつお・ごま入千切たくわん 税込 106円
カゴメ トマトケチャップ 500g 168円 税込 182円	日清オイリオ 190ml 各1本 198円 税込 214円	日糧パン 食パン 6枚切 8枚切 各1袋 88円 税込 95円	おがめ 極小粒納豆ミニ 3コパック 68円 税込 72円	ムラカワ とろけるチーズ 400g 368円 税込 398円	日清シスコ ココナッツサブレ トリプルナッツ 各1袋 68円 税込 74円	雪印メグミルク 北海道 カマンベールチーズ 100g 328円 税込 355円
春日井 黒あめ・塩あめ 各1袋 100円 税込 108円	日向夏・レモネード 7リットル 238円 税込 257円	東ハト 12枚入各1袋 オールレーズン オールクランベリー 108円 税込 117円	岩手牛乳 1000ml 岩手3.6牛乳 168円 税込 182円	山一商事 なめたけ スタミナ1番 440g 480円 税込 519円	日本ハム 90g x 2 豊潤ウィナー 238円 税込 257円	UCC 上島珈琲 職人の珈琲 ほろ苦い味わい 90g 298円 税込 322円
函館 3.8牛乳 1000ml 198円 税込 216円	相模屋 なめらか木綿とうふ 48円 税込 52円	函館 3.8牛乳 1000ml 198円 税込 216円	ハウス カリー屋カレー 各1コ 88円 税込 95円	日清 ナンバーワン 200g 各1袋 85円 税込 92円	函館 3.8牛乳 1000ml 198円 税込 216円	カネヨ石けん 洗濯1600ml 各1本 68円 税込 74円
明治ブルガリア 飲むヨーグルト 900g 198円 税込 216円	相模屋 なめらか木綿とうふ 48円 税込 52円	明治ブルガリア 400g ヨーグルト 130円 税込 141円	山一商事 なめたけ スタミナ1番 440g 480円 税込 519円	日清 ナンバーワン 200g 各1袋 85円 税込 92円	函館 3.8牛乳 1000ml 198円 税込 216円	カネヨ石けん 洗濯1600ml 各1本 68円 税込 74円

本日の夕市サービス品 17:00~19:00 から揚げ丼の具 1パック 200円 税込 216円	本日の夕市サービス品 17:00~19:00 マーボー豆腐の具 1パック 130円 税込 140円	本日の夕市サービス品 17:00~19:00 豚丼の具 1パック 200円 税込 216円	本日の夕市サービス品 17:00~19:00 親子丼の具 1パック 200円 税込 216円	本日の夕市サービス品 17:00~19:00 大人気牛丼の具 1パック 250円 税込 270円	本日の夕市サービス品 17:00~19:00 カレーライス の具 1パック 180円 税込 195円	本日の夕市サービス品 17:00~19:00 お好み焼き・たこ焼きセット 1パック 230円 税込 248円
--	---	---	--	--	--	--

木 23日 松本製菓 ジャンボどら焼き 1コ 98円 税込 106円	金 24日 竹鼻製菓 中華そば 1袋 48円 税込 52円	土 25日 カルピスウォーター & ソーダ 160x 各2本 85円 税込 92円	日 26日 かくみつ こんにやく 1パック 55円 税込 60円	月 27日 たまごLL 5コ入 1パック 178円 税込 193円	火 28日 相模屋 なめらか胡麻とうふ 1パック 100円 税込 108円	水 29日 松本製菓 ジャンボどら焼き 1コ 98円 税込 106円	木 30日 竹鼻製菓 中華そば 1袋 48円 税込 52円	金 1日 カルピスウォーター & ソーダ 160x 各2本 85円 税込 92円	土 2日 かくみつ こんにやく 1パック 55円 税込 60円	日 3日 たまごLL 5コ入 1パック 178円 税込 193円	月 4日 相模屋 なめらか胡麻とうふ 1パック 100円 税込 108円	火 5日 カルピスウォーター & ソーダ 160x 各2本 85円 税込 92円	水 6日 かくみつ こんにやく 1パック 55円 税込 60円
--	---	---	--	---	---	--	---	--	---	--	--	--	---

6/23~7/6
ワクワク SALE

やさしい Vegetable おさかな Fish

きゅうり 約500g	188円 (209円)	青森県産真ほっけ開	1枚	100円 (108円)	
ささぎ	1袋	228円 (247円)	明太子	100g	298円 (322円)
レタス	1玉	138円 (149円)	塩マス中	1本	980円 (1059円)
トマト	2コ	188円 (203円)	塩マス大	1本	1180円 (1275円)
ピーマン	1袋	108円 (117円)	かもめちくわ	1袋	118円 (128円)
小松菜	1束	118円 (127円)	お刺身用冷凍鰹	100g	120円 (130円)

おにく meat

7種のチーズひとくち焼売	100円 (108円)
れんこん肉詰め串	30本入 880円 (941円)
ソレントピザ	2本 440円 (476円)
牛カルビ切落し	500g 780円 (843円)
塩ダレ焼鶏串(皮)	5本 198円 (214円)

なっとう・豆腐

太子	太子納豆小粒 45g×399	1107円
角こんにやく	250g	79円 (86円)
こんにやくレギュラー	180g	79円 (86円)
ミンカン	金のつぶキッ!とたれ	99円 (107円)
とろろ豆		

2週間 激安 セール

昭和 黄金天ぷら粉	450g	168円 (182円)
永谷園 麻婆春雨	各1袋	198円 (214円)
五目ビーフン		
でん六	248円の商品	
小袋甘納豆	240g	208円 (225円)
日清 カップヌードル PRO	各1コ	168円 (182円)

お弁当に! いいですよ~

業務用コロックを小分けにして、お安く販売中!

やさいのうまみがやさしいコロック 5コ 150円 (162円)

むかしなつかしのカレーコロック 5コ 180円 (195円)

これはかなりお得ですよ!

お安くならってますよ! 鮭、マスが高騰しています!

業務用塩秋鮭 約1kg入 1280円 (1383円)

め~よ~ お酒のおつまみに

生卵に中谷の井タレを入れて混ぜたタレにむしりたらを入れて食べてみてください!

むしりたら 1袋 280円 (303円)

おいしいです! 青森県産カリフラワー

サラダに少ししかためるためにゆでてピクルスに人気のオレレンジもありませんよ。

カバンの中に 1本入れておきたい!

今話題の オートミール

379円 329円

はじまりました

今人気のシリアルバー・プロテイン入荷! 手軽にビタミン・ミネラル・プロテインタンパク質を補えるので、忙しい時の朝食代わり、小腹が空いた時のおやつとして手軽に食べられます。カバンの中に1本常備。

夏バテ予防に今から 黒にんにく 580円

中谷特製黒にんにく 1パック約200g 580円 (627円)

再入荷です! 大人気の業務用味付油揚げ

40枚入り 298円 (322円)

味つけ油揚げ 298円

お手軽に飲めるから

ミツカンお酢 飲料を揃えてみました。

おふくろの味 だんず

みずの山しょう和え 178円 (193円)

春雨炒め 138円 (149円)

スパゲッティサラダ ヤーコンのかき揚げ 138円 (149円)

158円 (171円)

アイスコーヒー好き な方にはたまらない!

HOMER アイスコーヒー 1000ml 248円 (268円)

アイスコーヒー無糖

マルコメさん処分品!

マルコメ 野菜を食べるみそ汁 1コ80円 (87円) 2コ100円 (108円)

マルコメ料亭の味とん汁

低カロリーで高タンパクなので、ダイエットに超おすすめです!

オートミールとは全粒穀物で、食物繊維、ミネラルが豊富。とくに食物繊維は玄米の約3倍!! たっぷり含まれ、便秘解消に役立ち善玉菌のエサになることで腸内環境の改善が期待できます。さらに、水溶性食物繊維のβ-グルカンが糖の吸収を穏やかにしてくれて、血糖値の急上昇を抑える効果があります。

◆食べ方◆
乾燥しているの、牛乳や豆乳、だし汁などでふやかしたり、煮て食べます。朝食用には、前日夜に牛乳や豆乳をいれて冷蔵庫に入れておくと、朝に食べやすくなります。お好みでフルーツやナッツをトッピングしてどうぞ。ご飯の代わりに、シチュー・カレー・スープに入れても美味しいです。

一度食べるとクセになります!

今年最後の美生柑(みしょうかん) 大玉をお安く! 日本のグレープフルーツと言われ、酸っぱくはなく、爽やかな甘味が人気です。愛媛県産「美生柑」大玉サイズ1コ120円 (130円) 1箱約18~20コ入 1680円 (1815円)

手作りした らっきょう漬は 美味しさが別物!

◆簡単らっきょう漬レシピ◆
材料/らっきょう1kg・おたふくらっきょう酢700ml・赤唐辛子少々

作り方/
①らっきょうをよく洗い根本と茎を切り落として薄皮をむいて水洗いする。
②水洗い後ザルに入れて全体にまんべんなく熱湯をかけて粗熱が取れるまでよく水気を切る。
③清潔な容器にらっきょうを入れて、おたふくらっきょう酢を入れ、お好みで赤唐辛子を入れる。

④漬けて2~3日間は1日に2~3回全体が混ざるように容器ごと大きく振って混ぜる。
⑤浅漬は10日目頃、しっかり漬は1ヶ月後から召し上がれます。

甘酢漬け・味噌漬け・醤油漬け一粒一粒皮をむいて根切りをして手間はかかりますが、ぜひ今年は自家製にチャレンジしてみてください!

パンパン! 箱売りが 激安!

白菜	1箱	1180円 (1275円)	甘夏	1箱	1500円 (1620円)	キャベツ1箱	1280円 (1383円)	大根	1箱	1280円 (1383円)	人参	約2kg	380円 (411円)	トマト	約4kg	1180円 (1275円)	玉ねぎ	約2kg	580円 (627円)
中谷のめえ~米	約10kg	2580円 (2787円)	美生柑	1箱	1500円 (1620円)														

地震の影響で、箱が壊れたりしたためお安く販売しちやいます。