

# 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



## 2023も激安



### 2週間 2週間

happy sale price

2月の営業時間  
 鎌谷店は18時までです。  
 金木店は18時までです。  
 どうぞ無事にお店にいらしてくださいませ



2/2~2/15 次回はお得クーポン付き 店内配布チラシ

木 2/2 2/9 金 2/3 2/10 土 2/4 2/11 日 2/5 2/12 月 2/6 2/13 火 2/7 2/14 水 2/8 2/15

青森県産 寒しめほうれん草 1袋 178円 (税込193円)	フィリピン産 バナナ 100g 23円 (税込25円)	豊かな香り せり 1束 238円 (税込257円)	静岡県産 青島みかん 1袋 350円 (税込378円)	栄養いっぱい 菜花 1束 238円 (税込257円)	サンフジ 1袋 280円 (税込303円)	レタス 1玉 188円 (税込203円)	1番人気 森のバナナくん 1袋 175円 (税込189円)	今が旬 春キャベツ 1玉 188円 (税込203円)	いよかん 1玉 98円 (税込106円)	長なす 1袋 238円 (税込257円)	大玉 レモン 1玉 98円 (税込106円)	れんこん 100g 53円 (税込58円)	バナナチップス 1コ 100円 (税込108円)
ジャンボ ロマネスコ 1玉 288円 (税込311円)	青森県産 キウイフルーツ 1 280円 (税込303円)	玉ねぎ 約1kg 138円 (税込149円)	トルコ産 グレープフルーツB品 4コ入 200円 (税込216円)	大根 1本 118円 (税込128円)	干柿 1パック 328円 (税込355円)	トマト 1パック 228円 (税込247円)	ネーブル オレンジB品 1袋 250円 (税込270円)	長ねぎ 1束 108円 (税込117円)	この冬はカゼ知らずに キンカン 約1kg 880円 (税込951円)	ごぼう 1袋 128円 (税込139円)	和歌山県産 はっさく 3玉 350円 (税込378円)	冬の鍋に合う ぶなしめじ 1袋 118円 (税込128円)	田舎館産 いちご 1パック 450円 (税込486円)

そのまんま食べられます まるま食品 にしんの生姜煮 1袋 248円 (税込268円)	銀鮭半身 1枚 1280円 (税込1383円)	冷凍お刺身用たこ足 100g 250円 (税込270円)	酢だこ 320g1パック 280円 (税込303円)	業務用塩紅鮭ハラミ 1kg 1780円 (税込1923円)	塩ふりこ 200g 548円 (税込592円)	とろろずるめ とろろちりめん 約100g入 各1袋 200円 (税込216円)
--	-------------------------	------------------------------	----------------------------	-------------------------------	-------------------------	---

塩煮・鍋でどうぞ 甘塩・真鯛・小切れ 500g入 328円 (税込355円)	カキクリームコロッケ 1袋10コ入 380円 (税込411円)	津軽はやっぱり煮干し煮干 約1kg 1280円 (税込1383円)	メバル開 特大サイズ 1枚 328円 (税込355円)	冷凍カツオさしみ 100g 88円 (税込95円)	紅鮭半身 1枚 980円 (税込1059円)	くるみ小女子 約100g入 250円 (税込270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当 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 鶏手羽元 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)	国産 豚ロースとんかつ用 100g当 168円 (税込182円)	国産 豚バラブロック 100g当 138円 (税込149円)	タキザワ あらびきポーク ウィナー190g入 258円 (税込279円)	岩手県産 鶏むね肉 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 198円 (税込214円)	越後 みたらしもち 各1袋 238円 (税込257円)	家族 1パック たまご10コ入LLサイズ 198円 (税込214円)	カネヨ キッチンブリーチ 600ml 68円 (税込75円)	東洋水産 ごつ盛り ソース焼きそば・ワンタンしょうゆ 味噌・コク豚骨 各1コ 100円 (税込108円)	日程パン 食パン 6枚切・8枚切 工藤パン 各1袋 98円 (税込106円)	春日井 いかピーナ・うすピー・グリーン豆 各1袋 100円 (税込108円)
------------------------------------	-----------------------------	------------------------------------	--------------------------------	--	--	--

東ハト オールレーズン 各1袋 100円 (税込108円)	六甲バターベビーチーズ 4個入1パック 100円 (税込108円)	日程パン 食パン 6枚切・8枚切 工藤パン 各1袋 98円 (税込106円)	おがめ 極小粒納豆ミニ 3コパック 68円 (税込72円)	タマノイ すしのこ 75g 118円 (税込128円)	ドール 香り豊かなおいしい一杯 80g 388円 (税込419円)	真誠 いりごま・すりごま 各1袋 75円 (税込81円)
-------------------------------	-----------------------------------	--	-------------------------------	-----------------------------	-----------------------------------	------------------------------

丸美屋 麻婆豆腐の素 各1コ 168円 (税込182円)	くらし良好 ナポリタンソース 85円 (税込92円)	クリート バウムクーヘン 1コ 238円 (税込257円)	岩手牛乳 1000ml 188円 (税込203円)	ロッテ コアラのマーチ 1コ 75円 (税込81円)	岩谷産業 アイラップ家庭用 60枚入 138円 (税込149円)	マルサンアイ 鮮度のこうじみそ だし香る鮮度みそえびだし 410g 各1本 238円 (税込257円)
------------------------------	----------------------------	-------------------------------	---------------------------	----------------------------	----------------------------------	---

函館 3.8牛乳1000ml 218円 (税込236円)	相模屋 400g 各1パック 58円 (税込63円)	函館 3.8牛乳1000ml 218円 (税込236円)	森永 ミルクココア 300g 288円 (税込311円)	伊藤園 タリーズ 各1本 118円 (税込128円)	函館 3.8牛乳1000ml 218円 (税込236円)	鎌田 低塩だししょうゆ・だししょうゆ 各1本 280円 (税込303円)
------------------------------	----------------------------	------------------------------	------------------------------	----------------------------	------------------------------	--------------------------------------

キャベツ 1箱 1380円 (税込1491円)	ネーブル オレンジ 1箱 1500円 (税込1620円)	白菜 1箱 980円 (税込1059円)	人参 約10kg 730円 (税込789円)	はっさく 1箱 2380円 (税込2571円)	玉ねぎ 1箱 1280円 (税込1383円)	いよかん 1箱 2380円 (税込2571円)
-------------------------	------------------------------	----------------------	------------------------	-------------------------	------------------------	-------------------------

木 松本製菓ジャンボどら焼き 1コ 98円 (税込106円) 2/2 2/9	金 戸田久 中華そば3食入 各1袋 100円 (税込108円) 2/3 2/10	土 カルピスウォーター&ソーダ 160x 各2本 85円 (税込92円) 2/4 2/11	日 かくみつ こんにやく 58円 (税込63円) 2/5 2/12	月 たまご LL玉10個入1パック お一人様1パックまで 198円 (税込214円) 2/6 2/13	火 かくみつ 大揚げ 128円の商品 お一人様3袋まで 108円 (税込117円) 2/7 2/14	水 相模屋 なめらか胡麻とうふ 108円 (税込117円) 2/8 2/15
--	--	---	-----------------------------------	---	--	--



**2/2~2/15 ワクワク SALE**

やさしい Vegetable	おさかな Fish	おにく meat	なっとう・豆腐
白菜 1玉 258円 ごぼう 1袋 138円 長なす 1袋 258円 セロリ 1株 488円 キタアカリ 1kg 198円 白カブ 1袋 178円	冷凍コーロコック 8コ入 各1袋 380円 さけメンチカツチーズ10コ入 380円 冷凍小えび 1kg 1500円 つまみたら 100g 360円 明太子 100g 298円 冷凍煮たこ 1kg 1680円	牛タン切り落とし 100g 190円 牛すじ 100g 218円 いわさくタレ付き豚足 300g 338円 若鶏和風からあげ 1kg 630円 豚ロース味付 3枚入 198円	太子食品 98円 お岩木納豆中粒 50g×3 98円 油揚げ 98円 茶碗むし風玉子とうふ 200g 127円 平安商店 味付け玉こんに 20個入 280円

はごろもフーズ 赤ト 100g 288円  
キャラメルコーン 1袋 58円  
日清 これ絶対うまいやつ 3袋入 700円  
九太食品 スンドウブマイルド スンドウブ辛口 各1袋 198円

令和5年初 中谷の日  
今年もお客様に喜んでもらえるよう!がんばります!

7・8日は青果がお買い得 7・8日は惣菜がお買い得

オクラ 1袋 78円 にんにく 1コ 78円	納豆ちくわ 1パック 78円	ほうれん草の胡麻和え 1パック 78円
レモン 2コ 78円	酢のもの 1パック 78円	ひじき炒め 1パック 78円

7・8日は鮮魚がお買い得 7・8日は精肉がお買い得

一正サラダスティック 1袋 78円	きくらげ昆布 1パック 78円	豚生もつ 100g 78円	豚バラ軟骨 100g 78円
イカ明太子 各1袋 78円	いわしふりかけ 1袋 78円	骨なし胸肉フライチキン 800g 780円	牛カルピ切落とし 500g 780円

**あの懐かしい昔ながらの味**



あどはだり大根がすごい人気なんです! まとめ買ひする方、ちょっとしたお土産にする方も続出! たくわん特有の香りが強めで、昔ながらの懐かしい食卓を感じますが味は食べやすくおいしいです! ぜひ食べてみてください!

あたためてすぐに食べられる。

**コラーゲンたっぷり!**



中谷のかくれた人気商品! 冷凍豚足 100g 30円 トロトロに煮付けて食べるとおいしいですよ

**食卓が春になる**



菜花は、ごま和え、おひたして食べるのが多いですが油との相性がとてもよいです。免疫力を高め、貧血予防、美肌効果もありますよ!

**カラフル!**



オレンジカリフラワーは普通のカリフラワーよりもビタミンAが2.5倍多く、普通のカリフラワーにはないβカロテンが豊富に含まれているのが特徴。甘味のある優しい味わいです。グリーンカリフラワーは普通のカリフラワーよりもビタミンCが豊富で味が濃くて風味も強く歯応えがありとてもおいしいです。

2/7・8は中谷さまへ! 1000円以上 2000円以上 3000円以上のお買いあげでもれなく! うまいプレゼント



この季節となりましたね  
甘露煮用きんかんの販売時期になりました。宮崎県産きんかん約1kg980円(1059円) 小さきんかんは栄養の宝庫!  
★善玉コレステロール増加  
★発がん抑制  
★動脈硬化や脂血予防  
★心筋梗塞予防  
★血中のコレステロール値の改善効果  
★抗アレルギーの働きもあります。

カンタン! おいしいきんかん甘露煮レシピ  
材料: きんかん 1kg、砂糖500g、酢1カップ、うすくちしょうゆ小さじ1  
作り方:  
1. きんかんをよく洗ったぶりの水に一晩つける。  
2. 水を切りヘタを取る  
3. 底の広めの鍋にきんかん、酢、砂糖を入れてフタをし、中火にかける水分が出てきて、沸騰したら弱火にし20分~25分ほど煮る。火を止める少し前に、薄くしょうゆを加える。冷めるまでそのまま放置。  
4. 煮沸した便に汁ごと入れて冷蔵庫で保存。



常備がおかずとして便利です! 1袋280円(303円) 2/2・7は248円(268円) お買い得になるよ!



定塩紅鮭 熟成甘口1枚 1180円(1275円) 2/7・14は980円(1059円) お買い得になるよ!

**大人気のさつまいも 毎日入荷しています!**



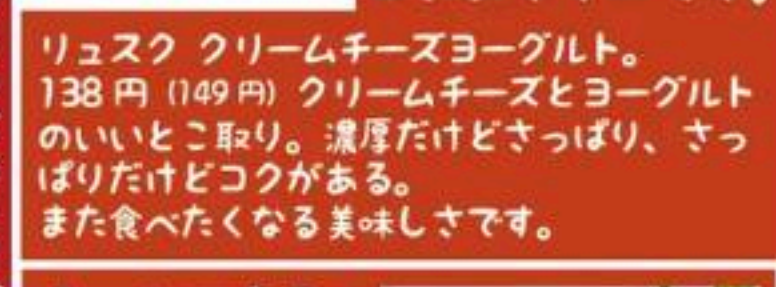
小さく、甘くておいしいとお客から好評! 様々な品種がありますが、今おすすめは紅はるか。  
甘くてしっとり系の食べやすいさつまいもです。ぜひ焼き芋にしてお召し上がりください。



紅あずま・紅はるか 紅まさり シルクスイート

**ぜ〜んぶ 100円**

★徳島製粉 金ちゃん鍋焼うどん 1コ 100円(108円)  
★ソントン いちごジャム・オレンジマーマレード ブルーベリージャム・ピーナツクリーム 1コ 100円(108円)  
★春日井 落花あめ・黒あめ・塩あめ 各1コ 100円(108円)



おいしいデザート 発見!  
原材料から美味しさが伝わる! チーズの会社チーズがメイン! これおすすめですよ。

**ホッとできる 美味しさです!**

セイロンファミリー はちみつ紅茶 25コ入 499円(539円) の品が! お試し価格 450円(486円)  
ティーバッグの中に紅茶とはちみつの粉末が入っているのでお湯を注ぐだけでふんわりやさしいはちみつ紅茶が出来上がります。

**あつたら ラッキーな 深谷ねぎ。**

毎年発売している人気ブランド埼玉県深谷ねぎ。約2kg 550円(594円) 生産者の減少でこの2kgサイズが希少になってしまいました。ぜひ食べてみてください。

**おとく様**  
いつもありがとクーポン  
2/2~2/15  
各クーポン2回も使えます!! (特売品を除く)

**たまご**  
20円引き だんす  
1 ご愛顧 感謝 2/2~2/15  
2

**中谷特製 手作り漬物**  
30円引き だんす  
1 ご来店 ありがとう 2/2~2/15  
2

**食パン**  
20円引き だんす  
1 重くねが? 言ってける 2/2~2/15  
2

**中谷特製 手作り惣菜**  
500円以上お買い上げで 50円引き だんす  
1 どれが お気に入り 2/2~2/15  
2

**鮮魚・精肉 冷凍食品**  
50円引き だんす  
1 顔見て 安心すじゃ 2/2~2/15  
2

**お刺身 どれでも1パック**  
50円引き だんす  
1 笑顔で 感謝 2/2~2/15  
2