

# 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



毎日が **2週間** **ワクワク**  
 happy sale price

11月より!  
 鎌谷店は18時閉店です。  
 金木店は19時閉店です。



11/17~11/30 お得クーポン付き 店内配布チラシ

木 11/17 11/24	金 11/18 11/25	土 11/19 11/26	日 11/20 11/27	月 11/21 11/28	火 11/22 11/29	水 11/23 11/30							
ブロッコリー 1玉 98円 (税込106円)	バナナ 100g 20円 (税込22円)	カリフラワー 1コ 198円 (税込214円)	みかん 1袋 280円 (税込303円)	トマト 1袋 158円 (税込171円)	シャインマスカット 100g 128円 (税込139円)	なす 1袋 198円 (税込214円)	森のバナナくん 1袋 148円 (税込160円)	キャベツ 1玉 98円 (税込106円)	スチューベン 1パック 250円 (税込270円)	人参 1袋 98円 (税込106円)	ネーブルオレンジ 1袋 150円 (税込162円)	白菜 1玉 198円 (税込214円)	ジャンボ洋梨 マリゲットマリア 1コ 230円 (税込249円)
ほうれん草 1袋 98円 (税込106円)	サンフジ 1袋 280円 (税込303円)	チンゲン菜 1袋 98円 (税込106円)	ゆず 1コ 128円 (税込139円)	小松菜 1束 88円 (税込95円)	ぐんま名月 1袋 280円 (税込303円)	さつまいも 約1kg 198円 (税込214円)	くまもと県産 グリーンレモン 4コ 128円 (税込139円)	玉ねぎ 約1kg 148円 (税込160円)	王林 1袋 250円 (税込270円)	じゃがいも 約1kg 198円 (税込214円)	キウイフルーツ 1パック 348円 (税込376円)	ミニトマト 1パック 168円 (税込188円)	グループフルーツ 4コ 200円 (税込216円)
ねぎ 1束 88円 (税込95円)	大根 1本 98円 (税込106円)	ニラ 1束 98円 (税込106円)	白カブ 1束 98円 (税込106円)	北海道 あずき 400g 438円 (税込473円)	キクイモ 約1kg 298円 (税込322円)	エノキ 1袋 50円 (税込54円)	カリン 1袋 100円 (税込108円)	ピーマン 1袋 108円 (税込117円)	にんにく 約1kg 680円 (税込735円)	レタス 1玉 128円 (税込139円)	レッドキャベツ 1玉 188円 (税込203円)	ごぼう 1袋 118円 (税込128円)	春菊 1袋 98円 (税込106円)
銀鮭半身 1枚 1080円 (税込1167円)	赤魚フィレ 1枚 98円 (税込106円)	トラウトサーモン切身 4枚入 308円 (税込333円)	銀鮭切り落とし 約500g入 580円 (税込627円)	銀だら切身 100g 148円 (税込160円)	子持ち浅羽カレイ 1枚 258円 (税込279円)	バナメイエビ 100g 180円 (税込195円)							
三五八にしん 2本入 398円 (税込430円)	数の子松前 100g 180円 (税込195円)	ソフトにしんくんせい 70g 250円 (税込270円)	鮭ほぐし 160g入 198円 (税込214円)	焼きししゃも 100g 268円 (税込290円)	つむまみたら 100g 328円 (税込355円)	とろろちりめん・とろろすめ 100g 180円 (税込195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 178円 (税込193円)							
岩手県産 鶏もも肉 100g当 98円 (税込106円)	岩手県産 鶏ガラ 1コ 75円 (税込81円)	国産 豚バラブロック 100g 138円 (税込149円)	タキザワ あらびきポーク ウィナー190g 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 188円 (税込203円)	日本ハム 3コ入1パック とろける4種 チーズハンバーグ 235円 (税込254円)	家族1パック たまご10コ入LLサイズ 188円 (税込203円)	ホームー アイスコーヒー 無糖 1ℓ 198円 (税込214円)	ミツカン 辛鍋つゆ 旨鶏しお・濃厚とんかつ W味噌 各1袋 238円 (税込257円)	日糧パン 食パン 6枚切 8枚切 各1袋 98円 (税込106円)	ブルボン 贅沢シリーズ 各1袋 ルモンド・ラングロール 188円 (税込203円)							
池田食品 鍋焼うどん 各1コ 天プラ・きつね 105円 (税込114円)	こいしや 牛乳寒天 3P 400g 198円 (税込214円)	日糧パン 食パン 6枚切 8枚切 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)	白子 チャック付き はねだしのり 10枚 268円 (税込290円)	東ハト あみじゃが 各1袋 78円 (税込85円)	丸大 500g 各1袋 スンドゥブ マイルド・辛口 188円 (税込203円)							
ミツカン 500ml 殺物酢 105円 (税込114円)	戸田久 400g ゆで玉うどん 98円 (税込106円)	日清 これ絶対うまいやつ! 豚骨しょうゆ・背脂しょうゆ・食 濃厚みそ入 218円 (税込236円)	岩手牛乳 1000ml 岩手牛乳 188円 (税込203円)	にんべん 無添加 味付きおがめ 100g 250円 (税込270円)	ソントンジャム 各1コ いちご・マーマレード ブルーベリー・ピーナツ 88円 (税込95円)	春日井 各1袋 落花あめ・黒あめ 塩あめ 98円 (税込106円)							
函館 3.8牛乳 1000ml 198円 (税込216円)	相模屋 400g 各1パック なめらか木綿とうふ 58円 (税込63円)	函館 3.8牛乳 1000ml 198円 (税込216円)	朝日 1kg 純粋はちみつ 428円 (税込463円)	鎌田 200g 各1本 だし醤油 280円 (税込303円)	函館 3.8牛乳 1000ml 198円 (税込216円)	山一商事 440g スタミナ1番 580円 (税込627円)							
明治 プルガリア 900g 飲むヨーグルト 208円 (税込225円)		明治 プルガリア 400g ヨーグルト 138円 (税込149円)			明治 プルガリア 900g 飲むヨーグルト 208円 (税込225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 17日 松本製菓 ジャンボどら焼き 1コ 98円 (税込106円)	金 18日 竹鼻製菓 中華そば 各1袋 48円 (税込52円)	土 19日 カルピスウォーター & ソーダ 160x 各2本 85円 (税込92円)	日 20日 かくみつ こんにやく 1コ 55円 (税込60円)	月 21日 たまごLL王 10個入 1パック 178円 (税込193円)	火 22日 かくみつ大揚げ 128円の品 (2枚入) 1袋 108円 (税込117円)	水 23日 相模屋 なめらか胡麻とうふ 100g 108円 (税込117円)	木 24日 松本製菓 ジャンボどら焼き 1コ 98円 (税込106円)	金 25日 竹鼻製菓 中華そば 各1袋 48円 (税込52円)	土 26日 カルピスウォーター & ソーダ 160x 各2本 85円 (税込92円)	日 27日 かくみつ こんにやく 1コ 55円 (税込60円)	月 28日 たまごLL王 10個入 1パック 178円 (税込193円)	火 29日 かくみつ大揚げ 128円の品 (2枚入) 1袋 108円 (税込117円)	水 30日 相模屋 なめらか胡麻とうふ 100g 108円 (税込117円)
-------------------------------------	---------------------------------	--	---------------------------------	--------------------------------------	---	--	-------------------------------------	---------------------------------	--	---------------------------------	--------------------------------------	---	--



11/17~11/30

**ワクワク SALE**

イヌリン たっぷり 血糖値安心!!

新鮮で色鮮やかな赤きいもは、いかがですか? イヌリンたっぷり血糖値が気になる方にオススメです。

赤きいも 約1kg 380円(411円)

**やさしい Vegetable**

白菜	1玉	258円	79円
玉ねぎ	約1kg	168円	182円
さつまいも	約1kg	238円	259円
ごぼう	1袋	138円	149円
ほうれん草	1束	118円	129円
ねぎ	1束	118円	129円

**おさかな Fish**

ホタテフレーク	100g	150円	162円
チャンジャ	100g	150円	162円
ヤマモト食品			
ミニねぶた漬	1パック	168円	182円
一正サラダスティック	10本入	88円	95円
大人気! きくらげ昆布	100g	100円	108円

**おにく meat**

豚肉ハム			
つるし焼りベーコン	250g	480円	519円
ポークソーセージ	400g	380円	411円
焼りペッパーポークタン	80g	250円	270円
焼足豚足	100g	30円	32円
牛カルビ切落し	500g	780円	831円

**なっとう・豆腐**

徳島製粉 金ちゃん鍋焼うどん	各1コ	118円	128円
みそ漬・フナチケ漬			
丸井 菓子どころくるみ糖	1袋	198円	214円
木村 有機むぎ甘栗	225g	280円	303円
かとう 玄米オートミール			
アーモンドせんべい			
		180円	195円

**くじらベーコンも!**

お安くなっております。

ポン酢・辛子酢みそでどうぞ。



**久々に塩くじら 入荷しました!**

スライスにしてお鍋の具としてお召上がりください。温まりますよ。

木の屋塩くじら約200g 380円(411円)

**おいしいですよ**

津軽タラ 1パック 480円(519円)



**柿がほんと! おいしくなってます。しかも安い!**

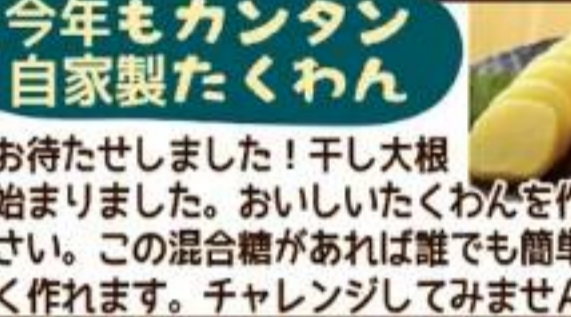
和歌山県産種無し柿 1箱 1800円(1944円)

キズ、がさつきはありますが、安くて美味しいこの機会に思いっきり食べてくださいね!



**今年もカンタン 自家製たくわん**

お待たせしました! 干し大根 始まりました。おいしいたくわんを作ってください。この混合糖があれば誰でも簡単に美味しく作れます。チャレンジしてみませんか?



**シャケが高騰! これはかなりお買い得!**

魚市場オススメの品です。手にとってみてください。なかなかのボリュームですよ。

紅鮭カマ切り落とし約1kg 1380円(1491円)



**松屋? シュクメルリ? 世界一おいしく? これは食べてみないとピッキリ価格!**

松屋監修 冷凍シュクメルリクラタン 398円の商品が 200円引きで 198円

青森県産黒豆・毛豆入荷しました! 煮豆、ひたし豆作りにお正月のおせち料理用にいかがですか?



**これはマストで 食べ比べ!**

食べ比べ楽しそう! JIMOTO コレクション

- ★瀬戸内レモン味
- ★鯛だし香る鳴門しお味
- ★シークアーサー味
- ★ちゃんぽん味
- ★九州しょうゆ味

カルビー Jimoto コレクション 各1袋 88円(95円)



**ひき炒め** 158円(171円)

**人参の子和え** 168円(182円)

**野菜の天ぷら盛り合わせ** 230円(249円)

**切り干し大根** 168円(182円)

あふくろの味だんず



**若返りに最強食 くるみ**

青森県産くるみ入荷しました。血管の若返りにとても良いとされるくるみ。

その他にも良いことがいっぱい。

- 一、睡眠の質の向上に不眠症の改善
- 二、ダイエット・美肌効果
- 三、美髪促進
- 四、アンチエイジング効果
- 五、生活習慣病の予防

青森県産くるみ約500g 500円(540円)

継続は力なりです。一日約27g(10コ)を目安に続けてください。



**これは大きい!**

大判! 赤魚開きが380円

肉厚で食べ応えがありますよ。



**松屋? シュクメルリ? 世界一おいしく? これは食べてみないとピッキリ価格!**

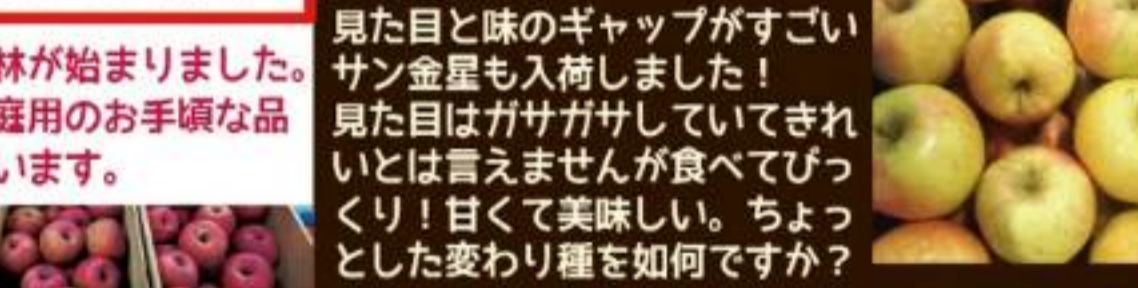
松屋監修 冷凍シュクメルリクラタン 398円の商品が 200円引きで 198円

いよいよサンフジ、王林が始まりました。贈答用の高級品から家庭用のお手頃な品まで幅広く取り揃えています。



**みなさま~**

漬物野菜が大盛況販売中! 赤カブ・白カブ・白菜・タカナ まだまだあります。



**バンバン! 箱売りが 激安!**

白菜	1箱	880円
キクイモ	約2kg	580円

**木 11/17 11/24**

白菜	1箱	880円
キャベツ	1箱	980円
フジ	1箱	2800円

**金 11/18 11/25**

玉ねぎ	約10kg	1280円
じゃがいも	1箱	1780円

**土 11/19 11/26**

大根	1箱	780円
王林	1箱	1980円

**日 11/20 11/27**

白カブ	約10kg	1280円
さつまいも	1箱	980円

**月 11/21 11/28**

赤カブ	約10kg	1280円
グレープフルーツ	1箱	980円

**おとくい様**

いつもありがとうクーポン

11/17~11/30

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 だんず

- 1 ご愛顧 感謝
- 2 11/17~11/30

**中谷特製 手作り漬物**

30円引き だんず

- 1 ご来店 ありがとう
- 2 11/17~11/30

**食パン**

20円引き だんず

- 1 重くねが? 言ってけろ
- 2 11/17~11/30

**中谷特製 手作り惣菜**

500円以上お買い上げで 50円引き だんず

- 1 どれが お気に入り
- 2 11/17~11/30

**鮮魚・精肉 冷凍食品**

50円引き だんず

- 1 顔見て 安心じゃ
- 2 11/17~11/30

**お刺身**

どれでも1パック 50円引き だんず

- 1 笑顔で 感謝
- 2 11/17~11/30