食祭館 中谷

いつも中谷をご愛顧いただきまことに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
4~10月あさ8：30～19：00
11~3月あさ8：30～18：00
毎日お買い得情報
ホームページ

[illegible]

チラシは隔週お得クーポン付き店内配布になります！

激安2021 毎日がワクワク

2週間ワクワク

happy sale price

7/1～7/14

木 7/1 7/8	金 7/2 7/9	土 7/3 7/10	日 7/4 7/11	月 7/5 7/12	火 7/6 7/13	水 7/7 7/14 七夕
ほうれん草 1束 78円 税込85円 バナナ 100g 18円 税込20円	小松菜 1束 88円 税込95円 ハウスみかん 1パック 500円 税込540円	みず菜 1袋 68円 税込74円 キウイフルーツ 1パック 258円 税込279円	チンゲン菜 1袋 68円 税込74円 なつみ 1袋 298円 税込322円	春菊 1袋 98円 税込106円 いちご 1パック 280円 税込303円	レタス 1玉 68円 税込74円 メロン 1玉 380円 税込411円	マイタケ 1玉 88円 税込95円 干もち 1袋 880円 税込951円
とうもろこし 1本 98円 税込106円 大玉すいか 紅まくら 1玉 1280円 税込1383円	トマト 約1kg 198円 税込214円 落花生 1袋 250円 税込270円	なす 1袋 158円 税込171円 紅甘夏 1袋 298円 税込322円	ピーマン 1袋 98円 税込106円 アメリカ産 レモン 3コ入 198円 税込214円	白カブ 1袋 98円 税込106円 プレミアムゴールドパインアップル 1玉 398円 税込430円	ミニトマト 1袋 148円 税込160円 プラム 1パック 380円 税込411円	きゅうり 約500g 158円 税込171円 アボカド 1玉 118円 税込128円
赤しそ 30枚入 98円 税込106円 キャベツ 1玉 158円 税込171円	ササギ 約500g 158円 税込171円 白菜 1玉 188円 税込203円	ブロッコリー 1玉 128円 税込139円 人参 約500g 108円 税込117円	ズッキーニ 1本 98円 税込106円 生姜 1パック 98円 税込106円	ねぎ 1束 88円 税込95円 セロリ 1株 480円 税込519円	大根 1本 98円 税込106円 みょうが 1袋 98円 税込106円	玉ねぎ 約1kg 168円 税込182円 ニラ 1束 78円 税込85円
お刺身用 貝ホタテ 1袋 250円 税込270円	するめいか短切 約500g 280円 税込303円	いわし丸干 1箱 450円 税込486円	銀カレイみりん漬 1枚 150円 税込162円	数の子松前 ほたて松前 100g 198円 税込214円	はたはた飯寿し 100g 168円 税込182円	中華くらげ 200g入 228円 税込247円
塩マス 1本 780円 税込843円	すじこ 100g 780円 税込843円	冷凍 焼きちくわ 10本 88円 税込95円	若生昆布 1袋 198円 税込214円	メヌケフィレ 100g 88円 税込95円	塩にしん 3本 88円 税込95円	冷凍 いか耳 500g入 298円 税込322円
冷凍じゃない！ 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 豚肩ロース味付 300g1袋 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 若鶏もも肉 100g当 98円 税込106円	鶏てり焼き 約100g 100円 税込108円	国産 味付豚ロース 100g 198円 税込214円	タキザワ 210g入 あらびきポークウィンナー 258円 税込279円	岩手県産 若鶏むね肉 100g当 58円 税込63円	国産 豚肩ロース 100g当 148円 税込160円	岩手県産 タレ付豚足 200g1袋 268円 税込290円
1パック たまご 10コ入 LLサイズ 188円 税込203円	オーマイ インスタントマカロニ 300g 88円 税込95円	1パック たまご 10コ入 LLサイズ 188円 税込203円	ヤマサ 昆布つゆストレート そうめん専科・ごまだれ専科 ざるそば専科 500ml 各1本 158円 税込171円	ヤクルト ソフールヨーグルト プレーン・ストロベリー・白桃 各1コ 88円 税込95円	日糧パン 工藤パン 食パン 6枚切・8枚切 88円 税込95円	創味食品 創味シャンタン 50g 100円 税込108円
キョクヨー さば水煮 さばみそ煮 各1コ 95円 税込103円	ネスレ 香るまろやかミルクティー 26本入 188円 税込203円	日糧パン 工藤パン 食パン 6枚切・8枚切 88円 税込95円	おかめ 極小粒納豆ミニ 3コパック 68円 税込74円	三立 源氏パイ 16枚入 平家パイ 8枚入 168円 税込182円	雪印メグミルク 6Pチーズ スモーク・コクとうまみ 100g 198円 税込214円	ワダカン 昆布しょうゆ 1ℓ 198円 税込214円
グリコ カレー職人 ビーフカレー 欧風カレー 老舗洋食カレー 各1コ 78円 税込85円	カルピス カルピスウォーターレモン500ml 濃いめのカルピス490ml 10本入 75円 税込81円	春日井 塩あめ 1袋 100円 税込108円	岩手牛乳 岩手3.6牛乳 1000g 158円 税込171円	霧島たくわん 甘口・かつお・梅酢 各1本 148円 税込160円	湖池屋 罪なきから揚げ 罪なきとんかつ 各1袋 98円 税込106円	森永 甘酒 1本 68円 税込74円
函館 3.8牛乳 1000ml 198円 税込214円	相模屋 なめらか木綿とうふ なめらか絹とうふ 400g 各1パック 48円 税込51.84円	函館 3.8牛乳 1000ml 198円 税込214円	ミツカン カンタン酢 500ml 218円 税込236円	ハウス とんがりコーン 焼とうもろこし・あっさり塩・ピーナッツバター 各1コ 108円 税込117円	函館 3.8牛乳 1000ml 198円 税込214円	ミツカン キャノーラ油 1000g 195円 税込211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	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	本日の夕市サービス品 17:00～19:00 豚丼の具 1パック 200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	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	本日の夕市サービス品 17:00～19:00 そぼろ丼の具 1パック 200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

木 7/1	金 7/2	土 7/3	日 7/4	月 7/5	火 7/6	水 7/7
松本製菓 ジャンボどら焼き 1コ 98円	竹晃製麺 中華そば 48円	カルピス ウォーター & ソーダ 85円 税込92円	かくみつ こんにゃく 55円	たまご LL 10個入 1パック 188円 お一人様1パックまで	大揚げ 75円 お一人様2袋まで	なめらか 絹豆腐とうふ 100円

木 7/8	金 7/9	土 7/10	日 7/11	月 7/12	火 7/13	水 7/14
松本製菓 ジャンボどら焼き 1コ 98円 税込106円	竹晃製麺 中華そば 48円	カルピス ウォーター & ソーダ 85円 税込92円	かくみつ こんにゃく 55円	たまご LL 10個入 1パック 188円 税込203円 お一人様1パックまで	大揚げ 75円 税込81円 お一人様2袋まで	なめらか 絹豆腐とうふ 100円 税込108円

びっくり 7/1〜7/14 SALE

安さにワクワク

やさいVegitable			
とうもろこし	1本	128円	[illegible]
ササギ	約100g	188円	[illegible]
トマト	約1kg	238円	[illegible]
きゅうり	約700g	188円	[illegible]
ブロッコリー	1コ	168円	[illegible]
レモンB品	1コ	100円	[illegible]

おさかな Fish			
塩さんま	1本	198円	[illegible]
焼きししゃも	100g	298円	[illegible]
冷凍いか足	約500g	398円	[illegible]
くるみ小女子	100g入	298円	[illegible]
酢だこ	100g	298円	[illegible]
いかあられ	100g	298円	[illegible]

おにく meat			
鶏せせり	1kg	580円	627円
牛肩スライス	1kg	980円	[illegible]
冷凍とりから揚	1kg	580円	627円
中迫[illegible]バラ肉	100g	580円	627円
ぼんじり肉	500g	680円	734円

なっとう			税込
ヤマダフーズ 納豆大好き やわらか極小粒ミニ	40g×4	95円	102円
[illegible] 新潟ちくわ	5本	89円	96円
[illegible] 味染み油揚げ	6枚	150円	162円
[illegible] とこ天 三杯酢、黒酢	2コパック	100円	108円

ちょっと口さみしい時に

- ふんわりどら焼あずき
- ふんわりどら焼宇治抹茶
- ふんわりどら焼[illegible]カスタード
- 瀬戸内レモンシュークリーム
- 瀬戸内レモンエクレア
- 瀬戸内ショコラシュークリーム
- 塩ショコラエクレア

どれも1つ100円

税込108円

激安セール

激安！

[illegible]
くずきり・フルーツあんみつ
各1コ100円（税込108円）

[illegible]
国産カレー福神漬
80円（税込86円）

[illegible]
氷砂糖　1kg450円（税込486円）

[illegible]
香り[illegible]煎茶
1袋入 178円（税込192円）

日清　[illegible]シリーズ
わかめそば・きつねうどん・豚キムチ
濃厚コク旨しょうゆ・wマヨ焼そば
各1コ92円（税込100円）

くらし良好
[illegible]入烏龍茶・国産六条丸粒麦茶
玉露入緑茶
500ml 各1本 68円（税込74円）

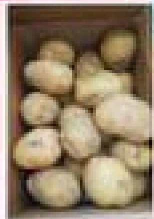
今月もやりますよ〜中谷の日

限定2日！青果お買い得		限定2日！惣菜お買い得	
ごぼう 1本 88円 税込95円	みず 1束 258円 税込279円	しめさば 酢の物 100円 税込108円	マカロニグラタン 100円 税込108円
梅 約1kg 280円 税込303円	ブナしめじ 1コ 88円 税込95円	ホーレン草の胡麻和え 100円 税込108円	納豆ちくわ 100円 税込108円

限定2日！鮮魚お買い得		限定2日！精肉お買い得	
真ほっけ開 2枚入 92円 税込102円	サバ味干 約1kg 880円 税込951円	[illegible] 鶏[illegible] 280円 税込303円	スチームチキンダイスカット 1kg 300円 [illegible]
赤魚センターカット 2本 88円 税込95円	イカフライ 3枚 198円 税込214円	ポークソーセージウインナー 1kg 580円 税込627円	手羽ムネフライドチキン 1kg 780円 税込843円

ワクワクくじびきハズレなし

7/7・8は中谷さ来いへ！
1000円以上
2000円以上
3000円以上
のお買い上げでもれなく！
うれしいプレゼント



こんな大きいのは初めてかも！

規格外じゃがいも「とうや」1コ68円。男の人のこぶしぐらいあるんです。税込74円1コあればカレーライスができちゃいます。じゃがいもが高い今、これはお買い得

中谷の人気アイスです。

丸永製菓アイスまんじゅう。濃厚ミルクアイスの中に、たっぷりのあんこ。これはもう間違いない！ガリガリアイスもいいばって、あいすまんじゅうもメェビよ〜

おもしろいもの発見！

マグロのたたきならぬ甘えびのたたきスポット品価格の188円！高級ハモがタレ付きでなんと380円。お酒のおつまみの一品にどうぞ。高級[illegible]わかめが188円。ワケあり品だからこの[illegible]お味噌汁お刺身でどうぞ！

おふくろの味 だんず

春雨サラダ

138円

鶏肉たっぷりメンチ

258円

みずといかの山椒和え

178円

ふきの油炒め

168円

これは買わねば！

堀川さつま揚げセット8品約500g198円税込214円

形が揃っていなかったり、崩れているからこの価格。でも味は変わらないよ。煮物にしたり、焼いたりお好きな食べ方でどうぞ。

食べきれない時は冷凍もOKです。

青森県産の青梅始まりました。

たくさんのお客様からのお問い合わせがあり、お待たせしておりましたが、少しづつ入荷量増加！青梅に含まれるクエン酸は疲労感に関与する乳酸の代謝分解を促し、筋肉内にたまるのを防ぐため、疲労回復効果が期待できるんです。梅酒にしたり、カリカリ梅にしたり、酸っぱいのは苦手な方は、甘露煮にするといいですよ。

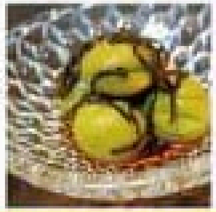
気になるレシピも発見

『青梅の昆布漬レシピ』

材料　青梅・塩昆布・濃縮麺つゆ：しょうゆ＝3：1・味の素少々

作り方

1. 青梅はよく洗って1時間ほど水に漬けたら竹串で目立ったヘタを取り除き1日よく乾かすと梅がやわらかくなるので注意してください。
2. 梅と昆布の層を作りながら重ねて行きます。
3. 濃縮麺つゆとしょうゆを3：1の割合で入れる
4. 冷蔵庫に入れて3日ほどで食べられます。



これっ！めっちゃお気に入りです。

相模屋　海鮮ズンドゥブ

あさりの旨味中辛・海老のだし辛口

容器・豆腐・だしが入っているから、容器に入れてチンするだけ。お好みの味でねぎを散らしてどうぞ。

豆腐がおぼろ豆腐なのでとってもやわらかくてトゥルントゥルンだしもとっても美味しいんです。

バンバン！箱売りが激安！

木 7/1　7/8

白菜　1箱　980円（税込1059円）

くらし良好[illegible]入烏龍茶　1箱

24本入500ml 1180円（税込1275円）

金 7/2　7/9

大根　1箱　980円（税込1059円）

くらし良好六条丸粒むぎ茶1箱

24本入500ml 1180円（税込1275円）

土 7/3　7/10

キャベツ　1箱　980円（税込1059円）

くらし良好玉露入緑茶　1箱

24本入500ml 1180円（税込1275円）

日 7/4　7/11

人参　約5kg　580円（税込627円）

伊藤園　お〜いお茶
お〜いお茶濃い茶

1箱24本525g 1780円（税込1922円）

月 7/5　7/12

トマト　約2kg　480円（税込519円）

アサヒ　各1箱
三ツ矢サイダー・ゼロストロング
特濃オレンジスカッシュ・ハチレモ
グリーンレモン
どれでも15本 780円（税込193円）

火 7/6　7/13

きゅうり　約1kg　200円（税込216円）

中谷のつがるロマン

約10kg [illegible]円（税込3[illegible]円）

水 7/7　7/14

玉ねぎ　約5kg　580円（税込627円）

日清ナンバーワン
そうめん／ひやむぎ／うどん

各1箱20袋入 1650円（税込1782円）

おとくい様 いつもありがとうクーポン 7/1〜7/14

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

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

[illegible]の丘トイレットペーパー
50円引きだんず
1 [illegible]言ってけろ 2

食パン
どれでも20円引きだんず
1 どれがお気に入り 2

マルヨ かもめちくわ
20円引きだんず
1 顔見て安心すじゃ 2

金鶴食品 無添加くるみ 250g
100円引きだんず
1 笑顔で感謝 2