

10月20日月～23日木

青果コーナーのおすすめ



《調理例》

豚バラ白菜鍋

鍋料理に白菜！

精肉コーナーのイチオシ



《調理例》

調理簡単♪ 味付け肉



鮮魚コーナー、旬はこれ！



写真はイメージです

秋が旬のイカ！

毎月22日
**にこにこ
夫婦の日**

ふたりに
嬉しい😊がっぱいの日

にこ
ちょ

あべ
え



10月24日金～26日日

きのこ、豚肉、
豆腐で



《調理例》

豚しゃぶきのこ湯豆腐

しゃぶしゃぶ 肉 vs 魚

お好みの食材で
作ってみませんか？



米っこ桃豚しゃぶしゃぶ用

サーモンやブリの
お刺身で



《調理例》

青果コーナー

10月26日は柿の日

柿フェア

開催

惣菜コーナー

味自慢

25日・26日

冷凍フライドチキン販売

カボチャやチキンで！ ハロウィン惣菜フェア

開催



※生鮮物は、天候等の入荷状況により、内容が一部変更になる場合がございます。※写真の一部は盛り付け例です。