

月 火 水
ふふるふ

日替わりチラシ

野菜と魚は
えふろんで



2026
9
21
月

長野県産
えのき茸
1袋 **99**円
(税込107円)

アメリカ産
**縞ほっけ
の干物**
1パック **299**円
(税込323円)

愛知県産
とまとパック
1パック **399**円
(税込431円)

北海道産
かぼちゃ
100g **49**円
(税込53円)

フィリピン産
バナナ
1袋 **139**円
(税込151円)

1個増量
惣菜コーナー
ぷりぷり海老カツ
1P6個 **399**円
(税込431円)

伊藤ハム
ピザガーデン
各1枚 **199**円
(税込215円)

国産
**かつおタタキ
刺身**
100g **159**円
(税込172円)

※イメージです
**お刺身盛合せ
(3点盛)**
1パック **599**円
(税込647円)

寿司コーナー
**御馳走
鯖巻き**
1パック **359**円
(税込388円)

カナダ産
新ちくわ
5本入 **79**円
(税込86円)

メイト
**香り高いミルク
ココア**
200g **259**円
(税込280円)

国産
若鶏もも肉
100g **99**円
(税込107円)

国産
**豚ローススライス
生姜焼き用**
100g **199**円
(税込215円)

伊藤ハム
**アルト
バイエルン大袋**
409g **599**円
(税込647円)

京都府産
醤油ラーメン
2食入1袋 **99**円
(税込107円)

東谷園
煮込みラーメン
各種1箱 **279**円
(税込302円)

2026
9
22
火

北海道産他
**じゃがいも
玉ねぎ
にんじん1個**
100g1袋 **39**円
(税込43円)

台湾産
**キハダマグロ
刺身(解凍)**
100g **399**円
(税込431円)

ホクト
ぶなしめじ
100g1袋 **99**円
(税込107円)

ホクト
まいたけ
100g1袋 **99**円
(税込107円)

青森県産他
りんご
1玉 **149**円
(税込161円)

惣菜コーナー
**大きな
さんまフライ**
1枚 **259**円
(税込280円)

セマズキ
アップルパイ
濃いみつてもパイ
各種1袋 **109**円
(税込118円)

カネダ産
**カラスカレイ
切身**
100g **239**円
(税込259円)

愛知県産他
太白ちりめん
100g **250**円
(税込270円)

寿司コーナー
**握り寿司
(葵)**
1パック **499**円
(税込539円)

丸文
**国産大豆
2連豆腐
もめん・絹**
各1パック **99**円
(税込107円)

三幸製菓
丸大豆せんべい
燻製香る
うま塩味
1袋 **99**円
(税込107円)

国産
若鶏手羽元
100g **69**円
(税込75円)

アメリカ産他
**豚ロース生姜焼き用
・切落とし**
100g **99**円
(税込107円)

ニッポンハム
**豊潤
ウインナー**
2個束 **239**円
(税込259円)

森永
**ヒビダス
フルーツヨーグルト**
各1パック **159**円
(税込172円)

ユタファース
**味豊
白だし**
500ml **399**円
(税込431円)

2026
9
23
水

ホクト
エリンギ
150g **129**円
(税込140円)

エクアドル産他
**バナメイ
エビ**
100g **199**円
(税込215円)

北海道産
ミニトマト
1パック **299**円
(税込323円)

愛媛県・静岡県産
さといも
1パック **399**円
(税込431円)

長野県産他
南水梨
1パック **799**円
(税込863円)

惣菜コーナー
カキフライ
1P6個 **499**円
(税込539円)

フジパン
**ネオバターロール
ネオ黒糖ロール
ネオバターロール
レーズン**
各種1袋 **149**円
(税込161円)

韓国産
カキフライ
(20粒)
1袋 **699**円
(税込755円)

千葉県産
あじ開き
3枚 **299**円
(税込323円)

寿司コーナー
**お買い得
握り寿司**
1パック **499**円
(税込539円)

東洋水産
**えびシュウマイ
かにシュウマイ**
8粒 **219**円
(税込237円)

えふろん
えふろん豆みそ
500g **349**円
(税込377円)

国産
若鶏むね肉
100g **79**円
(税込86円)

国産
**牛サロイン
ステーキ**
表示価格より
レジにて **半額**

米
ベーコンブロック
160g **299**円
(税込323円)

カゴメ
野菜生活100
各種 **209**円
(税込226円)

ハウス
**北海道シチユウ
クリーム
チーズ**
各種1箱 **259**円
(税込280円)

※数量制限は各店でご確認ください

※画像は全てイメージです



ふふるふ

日替わりチラシ

野菜と魚は
えぷろんで。2026
924
木

愛知県産
れんこん
100g **69**円
(税込75円)

ノルウェー産他
生サニモン
刺身
100g **450**円
(税込486円)

徳島県産
金時芋
1袋 **399**円
(税込431円)

高知県産他
しょうが
1袋 **99**円
(税込107円)

奈良県産他
種無し柿
1パック **599**円
(税込647円)

1個増量
惣菜コーナー
さんま大葉フライ
1P6個 **299**円
(税込323円)

ヤマザキ
高級クリームパン
高級つぶあんぱん
高級ジャムパン
各種1袋 **99**円
(税込107円)

太平洋産
ネギトロ刺身
100g **199**円
(税込215円)

アメリカ産
辛子明太子
(切子)
100g **239**円
(税込259円)

寿司コーナー
**本日の
おすすめ
握り寿司**
1パック **499**円
(税込539円)

みつい
**でらうま
キムチ**
270g **179**円
(税込194円)

カルビー
ザッポロボテト
かっぱえびせん
各種1袋 **99**円
(税込107円)

ミンチ全品
表示価格より
レジにて **3割引**

国産
**和牛
小間切れ肉**
140g **699**円
(税込755円)

伊藤ハム
**朝のフレッシュ
あらびきウインナー**
2袋束 **239**円
(税込259円)

アンディコ
**北海道ホイップ&
カスタードジュークリーム
・エクレー**
各1個 **89**円
(税込97円)

味付け
のり
ファミリー
パック
30袋詰 **399**円
(税込431円)

2026
925
金

長野県産
きゅうり
2本 **100**円
(税込108円)

国産
**塩サバ
フィーレ**
100g **100**円
(税込108円)

長野県産他
**菌床
生しいたけ**
1パック **100**円
(税込108円)

茨城県産他
ピーマン
1袋 **100**円
(税込108円)

メキシコ産
アボカド
1玉 **100**円
(税込108円)

惣菜コーナー
牛肉コロッケ
1P3個 **100**円
(税込108円)

ヤマザキ
ランチパック
たまご・ツナマヨ
・ピーナッツ
各種1袋 **100**円
(税込108円)

数の子わさび
100g **100**円
(税込108円)

**ナメタカレイ
切身**
3枚 **300**円
(税込324円)

寿司コーナー
**金曜限定
500円
握り寿司**
1パック **500**円
(税込540円)

アサヒ
職人あげ
1枚 **100**円
(税込108円)

クノール
**サクサク
deコバン**
濃厚コンボータージュ
素揚げのポーター
さつまいものポーター
濃厚クリームチャウダー
よりどり
2個 **300**円
(税込324円)

国産
豚こま切れ肉
100g **100**円
(税込108円)

国産
若鶏ささみ
230g **200**円
(税込216円)

丸大食品
徳用ウインナー
420g **299**円
(税込323円)

アンディコ
**こだわり極み
プリン**
95g **100**円
(税込108円)

日清
天ぷら粉
300g **100**円
(税込108円)

2026
926
土

長野県産他
白ネギ
1束 **179**円
(税込194円)

**鮮度
抜群!**
お魚屋さんの
きまぐれ
姿造り刺身
1パック **599**円
(税込647円)
※写真はイメージです

北海道産
**たまねぎ
徳用袋**
1袋 **299**円
(税込323円)

北海道産
馬鈴薯
徳用袋 **299**円
(税込323円)

青森県産
**サン津軽
リンゴ**
1袋 **699**円
(税込755円)

惣菜コーナー
焼鳥盛合せ
・もも、ねぎま、かわ
・もも、ねぎま、
・ももにんにく
1P6本 **780**円
(税込843円)

タビオカ
黒糖ミルク
200g **129**円
(税込140円)

丸ごと
骨まで
国産
さんま塩焼き
5尾 **1111**円
(税込1200円)

中国産
うなぎ蒲焼
1尾 **1000**円
(税込1080円)

寿司コーナー
**鮪たっぷり
握り寿司**
1パック **699**円
(税込755円)

日清
焼きそば
3食 **169**円
(税込183円)

ハッピーボケット
むき甘栗
80g×3袋 **299**円
(税込323円)

国産
若鶏もも肉
3枚入
100g **89**円
(税込97円)

国産
若鶏手羽元
表示価格より
レジにて **3割引**

フードリエ
**家族の定番
モーニング
ステーキ**
140g **239**円
(税込259円)

ふじっこ
フルーツセラピー
各種 **139**円
(税込151円)

伊藤園
おいのお茶
・緑茶・濃い茶
・玄米茶・ほうじ茶
600ml **79**円
(税込86円)

※数量制限は各店でご確認ください

※画像は全てイメージです