

月 火 水

ふふるふ

日替わりチラシ

野菜と魚は
えぶるんで



2026
10
—
26
月

長野県産
えのき茸
1袋
79円
(税込86円)

ハチヨウ
**ぶっかけ
いか塩辛
・明太子**
各種1パック
299円
(税込323円)

長野県産
ブロッコリー
1株
199円
(税込215円)

フィリピン産
バナナ
1袋
139円
(税込151円)

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

惣菜コーナー
**栗かぼちゃ
コロッケ**
4個
299円
(税込323円)

ヤクルト
**Y1000
6本パック**
6本入
799円
(税込863円)

あさり佃煮
100g
299円
(税込323円)

鍋セット
・ちゃんこ
・寄せ鍋
各種1パック
680円
(税込735円)

寿司コーナー
**海鮮ちらし
寿司**
1パック
480円
(税込519円)

丸文
**なめらか
にがり仕込み
絹とうふ**
3P
79円
(税込86円)

久原醤油
**あごだし寄せ鍋
/博多水炊き
/旨辛鍋**
800g
249円
(税込269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**
2袋束
299円
(税込323円)

菊水
**札幌ラーメン
各種**
2食入
199円
(税込215円)

キューピー
マヨネーズ
450g
299円
(税込323円)

2026
10
—
27
火

北海道産
**じゃがいも
にんじん
玉ねぎ**
1個
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
しめじ
100g1袋
99円
(税込107円)

和歌山県産
有田ミカン
1袋
399円
(税込431円)

惣菜コーナー
**かにたっぷり
クリームコロッケ**
3個
399円
(税込431円)

紀文
**鯛入り
紀文ちくわ**
5本
159円
(税込172円)

バスコ
**スナックパン
・プレーン
・チョコ**
各種1袋
149円
(税込161円)

カナダ産
**カラスカレイ
切身**
(解凍)100g
239円
(税込259円)

国産
青アジ開き
2枚
299円
(税込323円)

寿司コーナー
サラダ巻
1パック
399円
(税込431円)

小袋屋
**ふるっともちと
絹生揚げ**
3枚
99円
(税込107円)

チョコパイ
**チョコパイ
冬のチョコパイ
カスタード
ケーキ**
6個入
249円
(税込269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)

チキンナゲット
**チキンナゲット
・プレーン
・ブラックペッパー**
200g
299円
(税込323円)

モンテール
**牛乳と卵の
シュクリーム
・エクレア**
各1個
99円
(税込107円)

たいまつ
**杵つき
もち**
800g
699円
(税込755円)

2026
10
—
28
水

北海道産
**国産
かぼちゃ**
100g
39円
(税込43円)

セネガル産
**蒸たこ
刺身
(真だこ)**
100g
299円
(税込323円)

長野県産他
白ネギ
1束
159円
(税込172円)

奈良県産他
種無し柿
1パック
499円
(税込539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)

惣菜コーナー
**ささみ大葉
チーズ竜田巻き**
6個
299円
(税込323円)

ヤマザキ
**ルヴァン
バターロール**
プレーン/黒糖
/レーズン
各種1袋
129円
(税込140円)

トリ産
**トロねば
サーモンハラス
おくら**
1パック
179円
(税込194円)

チリ産
**銀鮭切身
塩麹風味**
100g
259円
(税込280円)

伊藤ハム
**朝のフレッシュ
ウインナー**
2袋束
259円
(税込280円)

紀文
**餃子・
スープ餃子**
12粒
139円
(税込151円)

矢野園
**かに玉
かにかま**
1袋
159円
(税込172円)

国産
**和豚もち豚
ばら肉スライス**
100g
239円
(税込259円)

国産
**牛サーロイン
ステーキ**
表示価格より
レジにて
半額

国産
**牛もも
切り落とし**
表示価格より
レジにて
半額

CGC
**スライスチーズ
とろけるスライス**
7枚
179円
(税込194円)

味の素
鍋キューブ
鶏だし/うま塩
濃縮/白湯
7個入
199円
(税込215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

木 金 土

ふふるふ

日替わりチラン

野菜と魚は
えぶるんで



2026
10
—
29
木

北海道産 青森県産
長いも
1本 **199**円
(税込215円)

骨取り!
チリ産
**アタカマソルト
サーモン
切身**
2切れ **666**円
(税込720円)

愛知県産
れんこん
100g **59**円
(税込64円)

愛知県産
蒲郡みかん
1袋 **399**円
(税込431円)

寿司コーナー
**特上
助六寿司**
1パック **399**円
(税込431円)

惣菜コーナー
**国産鶏かた肉
唐揚げ**
100g **249**円
(税込269円)

YKマート
丹念熟成
各種1袋 **79**円
(税込86円)

千葉県産
**生サーモン
刺身**
100g **450**円
(税込486円)

太平洋産
**ネギトロ刺身
(解凍)**
100g **199**円
(税込215円)

島根県産
じじみ
100g **111**円
(税込120円)

SP
**かにかま
フレーク**
150g **149**円
(税込161円)

不二家
カントリー
マダム
(N-3&30N) カ
ホームパイ
(N-7&N) カ
各種1袋 **199**円
(税込215円)

表示価格より
レジにて
**ミンチ全品
30%引き**

国産
**豚ロース
スライス
しゃぶしゃぶ用**
100g **229**円
(税込248円)

米久
**御殿場
あらびき
ウインナー**
1袋 **279**円
(税込302円)

メイ
**カスタードプリン
とろけるなめらか
プリン**
3連 **159**円
(税込172円)

ネスレ
**ゴールド
ブレンド**
80g **699**円
(税込755円)

2026
10
—
30
金

長野県産
きゅうり
2本 **100**円
(税込108円)

エクアドル産
**バナメイ
エビ**
100g **200**円
(税込216円)

高知県産 愛知県産他
にら
1袋 **100**円
(税込108円)

青森県産他
りんご
3個 **400**円
(税込432円)

惣菜コーナー
牛肉コロッケ
1P3個 **120**円
(税込130円)

YKマート
**もちふわ
食パン**
5枚/6枚/8枚
各種1袋 **100**円
(税込108円)

フジイン
スナックサンド
各種1袋 **100**円
(税込108円)

味付ちりめん
鮭・昆布
・野菜系
各種1パック **100**円
(税込108円)

千葉県産
**昆布塩サバ
フィレ**
1枚 **200**円
(税込216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)

一正
**さつま
揚げ**
5枚 **100**円
(税込108円)

ハウス
**マカロニ
グラタン**
2皿 **100**円
(税込108円)

国産
豚こま切れ肉
100g **100**円
(税込108円)

国産
若鶏ささみ
100g **100**円
(税込108円)

伊藤ハム
**ポーク
ビッツ**
2袋装 **300**円
(税込324円)

メイ
**ドールフルーツ
ミックスヨーグルト**
170g **100**円
(税込108円)

イチビキ
**まごころ
味みりん
料理酒**
1L **200**円
(税込216円)

2026
10
—
31
土

北海道産
**たまねぎ
徳用袋**
1袋 **299**円
(税込323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
※写真はイメージです (税込647円)

北海道産
**馬鈴薯
徳用袋**
1袋 **299**円
(税込323円)

三重県産他
極早生みかん
1袋 **399**円
(税込431円)

惣菜コーナー
**真夜中の
パンキン
コロッケ**
1P3個 **359**円
(税込388円)

男前豆腐店
京まろとうふ
4P **89**円
(税込97円)

みずす
**味つけ
おいなさん**
12個分 **199**円
(税込215円)

生食
OK!
エクアドル産
有頭えび
100g **199**円
(税込215円)

吉野水産
味付もずく
・黒酢
・三杯酢
1パック **139**円
(税込151円)

寿司コーナー
**彩り
握り寿司**
1パック **799**円
(税込863円)

オハヨー
**おいしく果実
ヨーグルト**
4P **149**円
(税込161円)

ジョッパーズ
**おいしい
ごはん**
5食入 **599**円
(税込647円)

国産
若鶏もも肉
3枚入 **89**円
(税込97円)

表示価格より
レジにて
若鶏手羽元
30%引き

ホウワロース
**ホワイトロース
ハム**
3連 **239**円
(税込259円)

雪印メグミルク
**雪印
コーヒー**
1000ml **179**円
(税込194円)

湖池屋
**ポテト
チップス**
55g **89**円
(税込97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