

当店イチオシ大人気商品

つぶれ梅 紀州産 南高梅



～塩分控えめでまろやかな味わい～

発売以来、大人気の『つぶれ梅』

爆発的・人気の秘密は・・・

樽底で一部潰れてしまった梅等を集め

お得な価格で最高級の梅干を堪能できる・・・

毎日食べても飽きない美味しさが、

長年みなさまに愛されている理由です。

内容量：520g/塩分6%

梅干は「苦手だ」とおっしゃる方にも
美味しくお召し上がり頂ける味です。

1,050円

今ならもれなく!!

梅えかつおにんにく

(お試しサイズ 100g)

プレゼント!!



超大粒

紀州南高梅

～紀州・和歌山県産南高梅 100%使用～

果肉たっぷりの超大粒南高梅だけを集め、

うす塩で食べやすいはちみつ漬にしました。

口に含んだ時に、薄い皮の中からとろける

果肉の旨味をお楽しみ下さい。

高級品としてのイメージの紀州産南高梅を

お求めやすい価格にした、お買得品です。

食べやすい
はちみつ漬



1,890円

塩分約7%・600g入り
賞味期限：製造より180日

超お買得

超大粒

ソフトふりかけ 『ひじきごはん』

ひじきは健康食品です。

鉄分 牛乳の 500倍

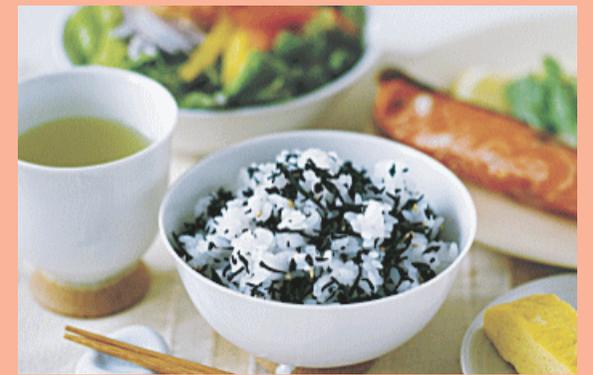
血液や肉をつくる。
不足すると、貧血、発育不全などの
成長阻害を起こしやすくなる。

カルシウム 牛乳の 13倍

骨を強くし、体の成長を促す。
骨粗鬆症を予防し、ストレスによる
イライラをやわらげる。

食物繊維 ごぼうの 5倍

便通をよくし、腸内の環境を良好に保つ。



ひじきごはんの素
60g 315円

普通の炊飯器でおいしく炊けます。

EM 美味米

玄米 99

玄米は白米に比べると食物繊維は6倍、ビタミンは14倍
ビタミンB群は4～5倍、鉄分、カリウムは3倍あります。

玄米と白米の栄養価はこんなに違う

150g(茶碗約1杯)あたり

	玄米ごはん	白米ごはん
食物繊維 (g)	5.30	0.60
たんぱく質 (g)	5.00	3.90
脂質 (g)	2.00	0.80
糖質 (g)	47.10	47.60
カルシウム (mg)	6.00	3.00
リン (mg)	195.00	45.00
鉄 (mg)	0.80	0.20
カリウム (mg)	165.00	41.00
ビタミンB1 (mg)	0.24	0.05
ビタミンB2 (mg)	0.03	0.02
ビタミンE (mg)	1.10	0.30
マグネシウム (mg)	72.00	6.00
亜鉛 (mg)	1.140.00	810.00

炊飯のポイント

玄米のみ炊く場合

通常の精米の水加減より
多めにし、1時間以上、
浸漬してください。

しっかり玄米に水分を含ませるのがおいしく炊ける基本です。

白米と混ぜる場合

通常の精米を炊くのと
同じ要領で少し水を多目で炊くのが良いみたいです。



玄米 99 1kg 780円