

4/20(土)▶22(月)

10.5倍 春のお弁当

冷めても美味しい♪ アスパラの豚肉巻

- ①アスパラの根元を1cmほど切り落として下部の皮を3cmほどむいてラップで包み電子レンジで1分ほど加熱し2等分に切る
- ②「A」を合わせておく
- ③豚バラは半分に切り、アスパラを豚肉で巻きフライパンに巻き終わりを下にして並べて火が通ったら「A」を終えて完成。

【材料】(2~4人分)
 豚バラ肉 4枚
 アスパラ 4本
 A みりん・みそ 各大さじ1
 A しょうゆ 小さじ1/2

熊本県産アスパラ 1束 198円 税込214円

国産豚バラスライス 100gあたり 198円 税込214円

我が家の春弁当!

アメリカ産ネーブルオレンジ 1玉 99円 税込107円

熊本・福岡県産ブロッコリー 1株 198円 税込214円

熊本県産きゅうり 1本 58円 税込63円

熊本県産ミニトマト 100gあたり 99円 税込107円

大分県産サニーレタス 1袋 128円 税込139円

熊本・福岡県産バセリ 1袋 58円 税込63円

熊本県産きゅうり 1本 58円 税込63円

うさちゃんのおにぎり唐揚弁当

アメリカ産牛ブルコギ 100gあたり 188円 税込204円

国産若鶏モモ肉角切り 100gあたり 148円 税込160円

国産豚バラ焼肉用 100gあたり 178円 税込193円

ふんわりソフトボール!

①ボールに(A)以外の材料を全ていれよく混ぜ、ミートボール型に成形します(最初に牛乳はパン粉にかけるとよいです)

②フライパンに調味料(A)を入れて混ぜ中火で加熱3分ほど加熱、途中でミートボールを入れて蓋をし、ル全体に火が通るようによく混ぜてミートボールは絡めながら水分を飛ばしていきましょう。

【材料】(2人分)
 ・合挽ミンチ...100g A ケチャップ... 大さじ1
 ・玉ねぎみじん切り A 酒... 大さじ1
 ・1/4個分 A 水... カップ1/2
 ・塩・コショウ...少々
 ・カレー粉またはコンソメ 小さじ1/4
 ・パン粉...大さじ4
 ・牛乳...大さじ2
 ・マヨネーズ...小さじ1

国産牛豚合挽ミンチ 100gあたり 178円 税込193円

日本ハム シャウエッセン 大袋 1パック 680円 税込735円

トマトケチャップ 50くらし良好 トマトケチャップ 500g 158円 税込171円

伊藤ハム 朝のフレッシュ・ロースハム3連・ベーコン3連 各1パック 178円 税込193円

大平食品 ごはん たかな 140g 248円 税込268円

中津漬物 ぶつちぎり沢庵・たまり風味・しそ風味 各1袋200g 99円 税込107円

天然えびフライ 1パック8尾入 580円 税込627円

宮城県産銀鮭切身(養殖・解凍) 100gあたり 199円 税込215円

福さ屋 無着色明太子(一口) 1パック 298円 税込322円

マルヤナギ じつとりふりかけ おかか ごぼう 1袋100g 199円 税込215円

くらし良好 かつお梅干・はちみつ梅干・しそ漬け梅干 各200g 248円 税込268円

伊藤ハム 朝のフレッシュ・ロースハム3連・ベーコン3連 各1パック 178円 税込193円

大平食品 ごはん たかな 140g 248円 税込268円

中津漬物 ぶつちぎり沢庵・たまり風味・しそ風味 各1袋200g 99円 税込107円

ノルウェー産塩さば切身 1パック6切入 398円 税込430円

鮮度抜群のあじに、パン粉を付けた商品です! 長崎県産あじフライフィーレ 1パック5枚入 298円 税込322円

宮城県産銀鮭切身(養殖・解凍) 100gあたり 199円 税込215円

福さ屋 無着色明太子(一口) 1パック 298円 税込322円

マルヤナギ じつとりふりかけ おかか ごぼう 1袋100g 199円 税込215円

くらし良好 かつお梅干・はちみつ梅干・しそ漬け梅干 各200g 248円 税込268円

伊藤ハム 朝のフレッシュ・ロースハム3連・ベーコン3連 各1パック 178円 税込193円

大平食品 ごはん たかな 140g 248円 税込268円

中津漬物 ぶつちぎり沢庵・たまり風味・しそ風味 各1袋200g 99円 税込107円

キャラクター弁当!

のりあーと SNOOPY 15枚入 298円 税込322円

国産うずらの卵 8個入 158円 税込171円

くらし良好 有明海産味付けのり 10切80枚入 278円 税込301円

丸美屋 のりたま 25g 98円 税込106円

永谷園 すし太郎 黒酢入り 4人前 228円 税込247円

くらし良好 鮭フレック 50g×2個組 358円 税込387円

フルタ製菓 フルーツゼリー・すまっくぐらし・ポケットモンスター 各1袋88g(22g×4個入) 98円 税込106円

トルネ ニコニコピック・すまっくぐらし6本入・アンパンマン8本入 各1袋 298円 税込328円

お惣菜

笹ご飯弁当 1パック 450円 税込486円

おにぎりセット(阿蘇高菜めし) 1パック 328円 税込355円

石井食品 おべんとクン ミートボール 120g×2個束 248円 税込268円

小善本店 のりあーと・すまっくぐらし 13枚入・SNOOPY 15枚入 各1袋 298円 税込322円

くらし良好 味ちくわ 4本入 99円 税込107円

五木食品 ナポリ風スパゲティ 200g 68円 税込74円

マルハニチロ 1秒OPEN おさかなソーセージ 65g×4本組 188円 税込204円

くらし良好 鮭フレック 50g×2個組 358円 税込387円

フルタ製菓 フルーツゼリー・すまっくぐらし・ポケットモンスター 各1袋88g(22g×4個入) 98円 税込106円

トルネ ニコニコピック・すまっくぐらし6本入・アンパンマン8本入 各1袋 298円 税込328円

トルネ ちいかわピックス 1袋・12本入 198円 税込218円

お惣菜

笹ご飯弁当 1パック 450円 税込486円

おにぎりセット(阿蘇高菜めし) 1パック 328円 税込355円

若鶏の唐揚げ 100gあたり 138円 税込150円

たつぷり玉子の手作り玉子ロール 1本 100円 税込108円

※広告のお弁当は13時までの販売とさせていただきます。

※消費税10%対象商品につきましては、店頭で●印をつけて表示しております。ご了承下さいませ。売出し商品は多数用意しておりますが、品切れの際はご容赦下さいませ。写真は一部イメージです。

土 4/20 限り

10倍ポイント! 全店!

鹿兒島・宮崎県産 ピーマン1袋 **128円** 税込139円

メキシコ・ニュージーランド産 かぼちゃ 100gあたり **38円** 税込42円

熊本県産 いちご1パック **358円** 税込387円

日 4/21 限り

5倍ポイント! 全店!

熊本県産 キャベツ 1/2カット **88円** 税込96円

熊本県産 トマト 1玉 **88円** 税込96円

フィリピン産 ドールバナナ 1袋 **118円** 税込128円

月 4/22 限り

お1人様2玉限り

青森・長野県産 サンふじりんご 1玉 **138円** 税込150円

大分県産 にら 1袋 **78円** 税込85円

熊本県産 パール柑橘 1袋 **398円** 税込430円

国産 お1人様約2kg限り

和牛肩ロース 切落し・焼肉用 各100gあたり **598円** 税込646円

大分県産 ぶりお刺身用冊(養殖)100gあたり

4割引で **240円** 税込260円

国産 お1人様約2kg限り

和牛バラ カルビ焼肉用 100gあたり **498円** 税込538円

1本約1kgのかつおを、家で焼いた香り豊かな美味しい商品です! 焼きたば、たれ、お好きな方をお選び下さい!

静岡県産 完全フラ焼き鰹タタキ「龍馬タタキ」お刺身(解凍)1パック8切入 **398円** 税込430円

国産 牛肉小間切 100gあたり **298円** 税込322円

中国産 あさり貝 100gあたり **99円** 税込107円

本日たまごの日

藤野屋 さくらたまご(定重量) 1パック・10玉入 **188円** 税込204円

くらし良好 マヨネーズ 400g **198円** 税込214円

サンノリー・CCレモン500ml、なっちゃん(オレンジりんご)各425ml、はちみつレモン470ml 各1本 **88円** 税込96円

理研 一番搾り キノラ油 1000g **268円** 税込290円

ランドーキン ゴールデン紫 1.5L **368円** 税込398円

ヤマザキ ロイヤルブレッド(各種) 各1斤 **138円** 税込150円

明星食品 一平ちゃん

- ・夜店の焼そば 135g 各1個 **118円** 税込128円
- ・夜店の焼そば やみつ塩だれ味 130g 各1個 **118円** 税込128円
- ・夜店の焼そば てりたまマヨ味 112g 各1個 **118円** 税込128円

本日牛乳の日

牛乳 **10%引**

お祭りの日

大分地区のみ 大分県産 ひのひかり 5kg **1,680円** 税込1,815円

熊本地区のみ 熊本県産 森のくまざん 5kg **1,780円** 税込1,923円

ヤマザキ まるごとバナナ 1個 **138円** 税込150円

九州乳業 みどり牛乳 1000ml **218円** 税込236円

5クろう 5クろう牛乳 1000ml **248円** 税込268円

お祭りの日

大分地区のみ 大分県産 ひのひかり 5kg **1,680円** 税込1,815円

熊本地区のみ 熊本県産 森のくまざん 5kg **1,780円** 税込1,923円

熊本県産 くまざんの輝き 5kg **1,680円** 税込1,815円

ChocoFlakes チョコフレーク 70g **98円** 税込106円

PSG レノア超消臭 1WEEK(本体) **198円** 税込218円

新発売 bis MERCEUR CHOCO PIE **99円** 税込107円

PSG アリエールジェル (詰替用)超特大860g **478円** 税込526円

アイスクリューム

4割引

森永製菓 マリー 21枚入、チョイス 14枚入、ムーンライト 14枚入、チョコチップクッキー 12枚入 各1箱 **158円** 税込171円

カミ商事 エルモア トイレット 花の香り シングル55m、ピンクダブル 30m 各1包、12ロール入 **398円** 税込438円

4月20日(土)〜4月22日(月) お酒

新! 2割引

ASAHI スーパードライ 350mlx6缶/箱 **996円** 税込1,096円

キリン 本醸造 350mlx6缶/箱 **748円** 税込823円

キリン 晴れ風 350ml **168円** 税込185円

大分地区のみ 黒糖酒 20° 1800ml/箱 **1,188円** 税込1,307円

熊本地区のみ 高橋酒造 白鳥25° 1800ml/箱 **1,350円** 税込1,485円

ノンアルコール

サンノリー オールフリー からだを癒すオールフリー **108円** 税込117円

サンノリー ゼノール 気分ある気分 **98円** 税込106円

サンノリー クリーンスープリ **98円** 税込106円

毎月10日と20日はお祭りの日

1万円キャッシュバック

200円分 電子マネーをプレゼント!!

フレイン

竹田店、緒方店、大分宮崎店、下郡店、三重店、小国店、高森店

*消費税率10%対象商品につきましては、店頭で ●印をつけて表示しております。ご了承下さいませ。 売出し商品は多数用意しておりますが、品切れの際はご容赦下さいませ。写真は一部イメージです。