

9月10日▶9月11日

月曜日

火曜日

タニタ社員食堂メニューの
食材もお得にご奉仕です!
ぜひトライしてみて下さい。

★日替り特売は裏面に掲載しています。

表示価格は税込です。チラシ商品は豊富にご用意いたしますが、万一売り切れの際はご容赦下さい。

お肉

日配

食品

菓子

雑貨

福岡県産

ぶなしめじ

1袋 68円

佐賀県産
たまねぎ

3玉入
1ネット 138円

熊本県産 豊水梨

3玉入
1パック 358円

福岡県産 ニューべリーA

1房 298円

北海道産 生秋鮭切身

100g当り 158円

北海道産 生サンマお刺身

1パック 398円

チリ産 甘塩

銀鮭切身

100g当り 138円

鹿児島県産 バシヨウカジキ
(秋太郎)お刺身

1パック 398円

アメリカ・オーストラリア産 牛肉

カレー・シチュー用

100g当り 138円

※200円を

カナダ産 豚肩ロース肉

切落し

100g当り 98円

※128円を

国産 若鶏

トリトロ(ムネ肉)

100g当り 88円

※98円を

プリマハム 新鮮使い切り

ロースハム

40g×3個組

紀文

・切れてる厚焼玉子
・切れてるだし巻玉子
それぞれ4個入

115円を 100円

マルキン 糸蒟蒻

徳用(白)
300+50g入

148円を 98円

森永 タニタ食堂の
100kcalデザート 美味しく
ダイエット

なめらかカスタード
ミルクプリン
それぞれ85g入
118円を 98円

ハートフル畑

・松茸ごはんの素
・鶏五目ごはんの素

それぞれ 298円

フタバ

フレッシュ!
ふりかけ(各種)

37g入

98円

島の香

・のり佃煮
・しいたけ佃煮

80g入

98円

島の香
ささめ

37g入

98円

東ハト

ハーベスト
・セサミ・アーモンド
・バタートースト

105g入
158円を 98円

亀田

・えび咲々
・ちりめん咲々

17枚入
188円を 158円

CGC

・和菓子ミックス
・洋菓子ミックス

270g入
190g入

258円

CGC

アソート
チョコレート

195g入
258円

くらしのベスト

抗菌アルミホイル
(アルミ箔自体が
抗菌力を持つ新素材)

25cm×8m
88円を 68円

くらしのベスト

お茶パック
おいしい風味をそのまま
引き出す薄型フィルター

60枚入
128円を 98円

クレハ

キントさん
クッキングシート

30cm×2.5m
198円を 105円

旭化成

クックパー
フライパン用ホイル

25cm×3m巻
198円を 158円

ピコ2階/3階とタイhei吹上店生活館は
毎日割引価格です!

従来の平常価格を「定価」とし、定価から2割引などの
破格値で毎日ご奉仕しております。
売場での表示価格は割引後のお値段ですので
ひと目でお支払い金額がわかります。

チラシ発行日
2012年9月10日



タニタ社員食堂

旬をたのしむ500kcalのヘルシー定食

鮭としめじのレンジ蒸し

195kcal 塩分0.6g

おかげさま
大人気の企画
です。

レシピは毎月
変わります。
9月のレシピは
このメニュー
です。

材料(2人分)

生鮭(切身) 2切れ

しめじ 100g

チンゲン菜 100g

たまねぎ 40g

キユーピー

テイスティドレッシング

胡麻こく味 大さじ2

作り方(15分)

1 しめじは石づきを取ってほぐす。
チンゲン菜はざく切りに、たまね
ぎは薄切りにする。
2 耐熱皿に1、鮭を並べ、ラップをし
て電子レンジで5分ほど加熱し、
ドレッシングをかける。

定食の全レシピは店内配布冊子の「ふれ愛交差点9月号」に掲載中です。

今月は 秋鮭 を使った

鮭としめじの
レンジ蒸し
定食

459 kcal
塩分3.1g

夏休みも終わり、

お子さまの頭も勉強モードに

切り替えなければいけません。

記憶力向上に効果があると
いわれているDHAを含んだ

鮭を、野菜と合わせて

レンジ蒸しにするメニューを

メインにした、食べごたえも
ある定食です。

野菜の甘酢和え
44kcal 塩分1.0g

ごはん
(100g)
160kcal

豆乳スープ
41kcal
塩分1.0g

しらたきの
たらこ煮
19kcal
塩分0.5g

※は当店平常価格です。△はメーカー定価です。チラシ掲載品の中には公平にお求めいただくためにお一人様当りの点数制限のあるものがございます。制限を越える分は平常価格での販売となりますのであらかじめご了解下さいませ。写真はイメージです。