

**鶏の唐揚げ**  
トンカツ&  
豚の唐揚げ

国産 豚ロース肉 カツ・ステーキ用 (100g当り)

本体価格 **199円**  
(税込価格 215円)

岡山県産 森林どり肩肉 (解凍) (100g当り)

本体価格 **99円**  
(税込価格 107円)

※写真はイメージです。

ご飯が進む **ごちそうおかず** 特集

10月11日(土)~13日(月・祝)の 3日間限り!!

香ばしく焼いたうなぎで 今夜はうな丼に

CGC 原料原産地名:中国 CGC うなぎ蒲焼 (1尾入・1パック)

本体価格 **899円**  
(税込価格 971円)

レンジで5分 簡単調理! CGC こんがりやわらか ハンバーグ (95g×3個)

本体価格 **299円**  
(税込価格 323円)

※写真はイメージです。

生薑の香りで食欲がみなぎる 豚の生姜焼き

国産 豚肩肉 小間切れ (100g当り)

本体価格 **119円**  
(税込価格 129円)

国産 豚ロース肉 スライス (100g当り)

本体価格 **199円**  
(税込価格 215円)

※写真はイメージです。

日清製粉ウェルナ からあげ グラシバリ

●からあげ グラシバリ

●からあげ粉 (各100g・1袋)

本体価格 各**99円**  
(税込価格 各107円)

キュウビー タルタルソース (155g・1袋)

本体価格 **199円**  
(税込価格 215円)

CGC ニップンで 製造しています。 CGC ニップン 薄力小麦粉 (1kg・1袋)

本体価格 **229円**  
(税込価格 248円)

サーモン丼に! 贅沢に、本まぐろ中とろの丼はいかが!

若手県産 大槌サーモン(生銀鮭)刺身用冊 (養殖・解凍) (100g当り)

本体価格 **399円**  
(税込価格 431円)

本まぐろ中とろ刺身 (養殖・解凍) (5切入・1パック)

本体価格 **599円**  
(税込価格 647円)

ハンバーグ ヘルパー

CGC カゴメ トマトケチャップ (500g・1個)

本体価格 **189円**  
(税込価格 205円)

CGC 味噌 味噌 (360ml・1本)

本体価格 **159円**  
(税込価格 172円)

CGC 味噌 味噌 (360ml・1本)

本体価格 **159円**  
(税込価格 172円)

北海道産 玉ねぎ (Lサイズ・1個)

本体価格 **49円**  
(税込価格 53円)

イチビキ 上級しょうゆ (750ml・1本)

本体価格 **129円**  
(税込価格 140円)

S&B お徳用おろし

●生にんにく

●生わさび (各175g)

●生しょうが (160g) (各1個)

本体価格 各**269円**  
(税込価格 各291円)

ミツカン ●ほんてり ●料理酒 (各1L・1本)

本体価格 各**249円**  
(税込価格 269円)

**サラダ**

茨城県産他 ミニトマト (100g当り)

本体価格 **129円**  
(税込価格 140円)

※写真はイメージです。

11時頃からの販売となります 一号館オリジナル 自家製 ローストビーフ 切落し (100g当り)

長野県産 産直レタス (1個)

本体価格 **159円**  
(税込価格 172円)

キュウビー ●深煎りごま ドレッシング ●深煎りごま ドレッシング カロリーハーフ (各380ml・1本)

本体価格 各**349円**  
(税込価格 各377円)

お惣菜

※写真はイメージです。

鶏の唐揚げ (100g当り)

本体価格 **179円**  
(税込価格 194円)

一号館 コロケ (牛肉) (4枚・1パック)

本体価格 **289円**  
(税込価格 313円)

柿安監修 ハンバーグ弁当 (1パック)

本体価格 **490円**  
(税込価格 530円)

※四日市店除く。

※四日市店除く。

10月13日は **さつまいもの日**

※写真はイメージです。

茨城県産他 さつまいも 6シルクスイート・紅はるか (各1サイズ・1本)

本体価格 各**129円**  
(税込価格 各140円)

オレンジ ひかえめに言っで クリーム多めの シュークリーム・蜜芋 (1個入・1パック)

本体価格 **139円**  
(税込価格 151円)

モンテール ふんわり じゃ焼・蜜芋 (1個入・1パック)

本体価格 **159円**  
(税込価格 172円)

●井村屋 片手で食べられる小 さなようかん さつまいも (14g×7本)

●エースベーカリー さつまいもと りんごのパウンドケーキ (8個) (各1袋)

本体価格 各**279円**  
(税込価格 各302円)

お惣菜コーナー ※四日市店除く。

黒糖風味 ねっどろ〜りいも (1パック)

本体価格 **249円**  
(税込価格 269円)

お惣菜コーナー ※四日市店除く。 ※写真はイメージです。

三層仕立ての スイートポテト (1パック)

本体価格 **299円**  
(税込価格 323円)

10月12日は **5倍**

★イチカ Point Card ポイント サービスデー

※但し、1回のご精算でお買上2,500円(税込)以上の方に限らせていただきます。 ※クレジット払いは5倍加算にはなりません。 ※お酒・たばこはポイント対象外となります。 ※他、除品あり。

**Ichigokan +PLUS**

FOOD MARKET ☆**一号館**

桑名陽だまり店・菰野店

**CGC**

朝9時→深夜0時 年中無休

陽光台店 ときわ店  
高花平店 南濃店  
四日市店 長島店  
江場店 桑名駅西店  
松本店 菰野店  
堀木店

朝9時→夜10時 年中無休

豊里店 坂部店  
楠店 桜店  
東員店 大長店  
桑名陽だまり店

10/12(日)限りのご奉仕

長島店・豊里店・東員店・松本店・桑名駅西店・桜店・高花平店のみの販売

**灯油** 本体価格 **104円**  
(18Lでは税込価格2,060円) (税込価格 114.4円)

会員様はポイントが付きます 店頭在庫限り 売り切れ次第終了させていただきます ※灯油の販売は午後7時までとなります



10/11  
土 限り

早朝サービス!  
長野県産  
シナノスイート  
りんご(1個)  
本体価格 **179**円  
(税込価格 194円)

愛知県産他  
だるま  
れんこん  
(100g当り)  
本体価格 **49**円  
(税込価格 53円)

●牛肉・牛タン・トリミング:  
オーストラリア産  
●豚肉・国産・アメリカ産  
牛豚合挽ミンチ  
(解凍含む)  
(100g当り)  
本体価格 **119**円  
(税込価格 129円)

三重県産  
南紀みかん  
(1ネット)  
本体価格 **499**円  
(税込価格 539円)

長野県産他  
白菜  
1/4切  
(1カット)  
本体価格 **99**円  
(税込価格 107円)

CCC 自然の  
あしあと  
原料原産地名:モロッコ  
CGC自然のあしあと  
蒸しだこ刺身用  
(100g当り)  
本体価格 **399**円  
(税込価格 431円)

10/12  
日 限り

★イチカ  
Point Card  
ポイント  
サービスデー  
**5**倍

早朝サービス!  
フィリピン産他  
バナナ(1袋)  
本体価格 **99**円  
(税込価格 107円)

早朝サービス!  
長野県産他  
ぶなしめじ茸  
(1袋)  
本体価格 **59**円  
(税込価格 64円)

数量  
限定  
お魚さんの  
にぎり寿司  
「貫船」  
(1人前・  
1パック)  
本体価格 **999**円  
(税込価格 1,079円)

お1家族様合わせて2本限り  
店頭在庫限り  
カゴメ  
熟成  
ソース  
ウスター  
・とんかつ  
(各500ml・  
1本)  
本体価格 **219**円  
(税込価格 各237円)

※写真はイメージです。  
冷凍  
しんせんたまご  
(10個入・1パック)  
本体価格 **279**円  
(税込価格 302円)

国産  
豚ミンチ  
(解凍)  
(100g当り)  
本体価格 **109**円  
(税込価格 118円)

国産  
牛切落とし  
(100g当り)  
本体価格 **399**円  
(税込価格 431円)

早朝サービス!  
長野県産他  
えのき茸  
(1袋)  
本体価格 **79**円  
(税込価格 86円)

美山  
いちおし  
キムチ  
大容量  
(440g入・1パック)  
本体価格 **239**円  
(税込価格 259円)

日本食研  
ハンバーグ作り  
ハンバーグ  
作り  
(90g・1個)  
本体価格 **139**円  
(税込価格 151円)

数量  
限定  
本まぐろ  
中トロ入  
鮮魚寿司  
「西陣」(1パック)  
本体価格 **999**円  
(税込価格 1,079円)

お1家族様合わせて4個限り  
店頭在庫限り  
フジパン  
本仕込  
食パン  
各種(各1袋)  
本体価格 各**159**円  
(税込価格 各172円)

東洋水産  
マルちゃん  
ごつ盛り  
ラーメン(138g)  
・ワンタン醤油ラーメン  
(117g)  
・ソース焼そば  
(171g)(各1個)  
本体価格 各**99**円  
(税込価格 各107円)

イトウ製菓  
パリッセル  
・なめらか  
チョコクリーム  
・芳醇バニラクリーム  
(各12枚・1箱)  
本体価格 各**139**円  
(税込価格 各151円)

アサヒ  
十六茶  
(2ℓ・1本)  
本体価格 **129**円  
(税込価格 140円)

全店で合わせて120個限り  
※江場店は除きます。  
ライオン  
システムEX  
ハミガキ  
各種(125g・  
130g)  
本体価格 各**279**円  
(税込価格 各307円)

岡山県産  
森林どりもも肉  
(100g当り)  
本体価格 **119**円  
(税込価格 129円)

米久  
御殿場高原  
あらびきソー  
ウイナー  
(190g)  
本体価格 **289**円  
(税込価格 313円)

冷凍食品  
CGC  
SHOPPER'S PRICE  
塩味付き  
えだまめ  
(400g・1袋)  
本体価格 **279**円  
(税込価格 302円)

お1家族様1本限り  
店頭在庫限り  
CGC  
日清ヘルシー  
オイル  
(900g・1本)  
本体価格 **249**円  
(税込価格 269円)

10/13  
月 祝 限り

早朝サービス!  
北海道産他  
栗南瓜(100g当り)  
本体価格 **29**円  
(税込価格 32円)

和歌山県産他  
種なし柿  
(1個)  
本体価格 **159**円  
(税込価格 172円)

サンガリア  
すばらしい  
抹茶入お茶  
(500ml・1本)  
本体価格 **59**円  
(税込価格 64円)  
(500ml×24本・1ケース)  
本体価格 **1,399**円  
(税込価格 1,511円)

お1家族様合わせて2本限り  
明治  
●おいしい牛乳  
●おいしい  
低脂肪乳  
(各900ml・1本)  
本体価格 各**259**円  
(税込価格 各280円)

冷凍食品  
CGC  
CGC  
ブロッコリー  
(大袋)  
(500g入・1袋)  
本体価格 **499**円  
(税込価格 539円)

お1家族様合わせて2個限り  
店頭在庫限り  
味の素  
●ピュアセレクト  
マヨネーズ(400g)  
●ピュアセレクト  
こくうま(360g)  
(各1個)  
本体価格 各**199**円  
(税込価格 各215円)

早朝サービス!  
北海道産他  
栗南瓜(100g当り)  
本体価格 **29**円  
(税込価格 32円)

森永乳業  
ビヒダス  
ヨーグルト  
・アロエ  
・バラエティパック  
・ブルーベリー+ストロベリー  
・白桃+黄桃  
(各75g×4個入・1パック)  
本体価格 各**159**円  
(税込価格 各172円)

お1家族様合わせて2個限り  
店頭在庫限り  
S&B  
ゴールデンカレー  
・甘口・辛口・辛回  
(各198g・1個)  
本体価格 各**199**円  
(税込価格 各215円)

フジパン  
●ネオバターロール  
●ネオ黒糖ロール  
●ネオレーズン  
バターロール  
●ネオフランス  
ロール(各6個入・1袋)  
本体価格 各**169**円  
(税込価格 各183円)

栗山米菓  
渚あられ  
・醤油味・塩味  
(各90g・1袋)  
本体価格 各**129**円  
(税込価格 各140円)

サントリー  
伊右衛門  
・緑茶・濃い味  
(各600ml・1本)  
本体価格 各**69**円  
(税込価格 各75円)  
(各600ml×24本・1ケース)  
本体価格 各**1,656**円  
(税込価格 各1,789円)

全店で300個限り  
※江場店は除きます。  
CGC  
洗たく槽  
クリーナー  
(550g)  
本体価格 **149**円  
(税込価格 164円)

10/11(土)~13(月)祝 3日間  
お酒  
※お酒の販売は  
20歳になってから。  
未成年者への販売は  
いたしません。  
アサヒビール  
スーパードライ  
(350ml×6缶・1パック)  
本体価格 **1,090**円  
(税込価格 1,199円)

福徳長酒類  
博多の華  
麦 25°  
(1,800ml・1パック)  
本体価格 **999**円  
(税込価格 1,099円)

毎月1日・15日は感謝を込めて仏花・サカキを入替えましょう  
大好評!  
売れてます!  
仏花  
(1束)  
本体価格 **429**円  
(税込価格 472円)