

日佐市場 通信

今月の
オススメ!

ブロッコリー

ブロッコリーに含まれる栄養素で特に豊富なのは、**ビタミンC**。レモン3個分の含有量で、疲労回復や風邪予防、老化を防ぐアンチエイジングに効果的です。**葉酸**も多く含まれているので妊婦さんにおすすめです。

ブロッコリーの洗い方は流水ではなく、水を張ったボールに頭から15分ほどつけておく中にいった汚れが落ちてきれいになります。

ゆでずにレンジで蒸すように加熱すると栄養を摂取できます。茎も捨てずに調理しましょう♪



お米の日

毎週木曜日

お好みの
分づきで
精米します!

店頭精米に限り

5kgにつき **100円引き**

3kgにつき **50円引き**



おしらせ

毎週**水**曜日 旬のくだもの特売日

1/3(木) 魚 **店頭販売**

1/2(土) 10:00~13:00 刃物とき **イベント**

1/7(木) れんこんの日 **イベント**

1/24(木) くらげ **店頭販売**
(丸栄物産)

1/26(土)~27(日) 豚汁のふるまい **イベント**

※立石蒲鉾店さんは今月はお休みです。

店長のひとこと

いつも、博多じょうもんさん日佐市場にご来店いただきまして誠にありがとうございます。

朝晩は冷え込み、秋も深まってまいりました。体が温まるあったかお鍋やおでんなど美味しい季節ですね。

博多じょうもんさん市場では秋冬野菜が入荷しています。旬の栄養たっぷり野菜をしっかりと買って免疫力を高めましょう!

皆様のお越しをお待ちしています。(工藤)



日佐市場

福岡市南区の場1-23-23

☎092-581-0166

🕒 10:00~18:00

🗓 全日営業 (お盆・正月を除く)

LINE

ご登録お待ちしております!



編集
後記

11月になり、だんだんと秋冬野菜が入荷してきました。それと同時に11月はイベントも盛りだくさん! 旬の味覚も探して是非足を運んでみてくださいね。(木島)