



毎度、お世話になっております。皆様は健やかに過ごしてはいかがでしょうか？オヤジは それなりに日々生きております。景気良くなりました？ぜんぜん実感わきません(@_@)業界紙に気になる記事がありましたので御紹介しております★☆ごはんダイエツト。「質素にしっかりご飯を食べる」。「質素に」というのが大切な部分で、イメージとしては昔の人の食事メニューを思い浮かべてみてください。納豆にネギ、ほうれん草のおひたし、大根おろしとかつお節、わかめと豆腐の味噌汁、焼き魚1匹。そして、漬物にご飯。【ステーキ、トンカツ、鳥の唐揚げなどが無いことに注目。】こういった「豪華」な食事はしばらく控えましょう。なぜかと言うと、脂肪たっぷり細胞に蓄えられると、ますます脂肪太りする方向に体を変えていく特質があるからです。そう、脂肪太りは加速するんですよ。脂肪が、さらなる脂肪を呼び。ご飯たくさん食べてる人、ご飯たくさん食べて反対に痩せてる人の違い。そうなんです。太ってる人って、ご飯だけじゃなくって脂肪もたっぷりというのがよくないんですよ。しかも、最悪なのは…脂肪と炭水化物との組み合わせは最悪です。太る方向にいけます。でも、炭水化物そのものは、太らない食べ物として、最適なんですね。ただ、脂肪と一緒にになるとダメ。脂肪は、単独でも太る、要注意栄養素です。炭水化物は、脂質と一緒に食べない限り、太らない栄養素として、いいところがいっぱいなので。だから、脂肪の代わりに脂質っては何ですか、あなたが好きなだけご飯を食べてください。脂肪は摂らないように心がけてね。(´_`)v ☆☆お金は溜まらないがお腹まわりに溜まりだした中年オヤジです。お米の販促になっちゃいましたね。オヤジもダイエット頑張ろうかな(´・`)?




同じ価格なら、必ず良食味、同じ品質なら、必ず安い!

「農家直送・業務用卸価格」

<p>特選越 秀 3kg 魚沼産を厳選した特選越光 (検査・未検査100%)</p>  <p>〈本体価格〉 ¥908 〈税込価格〉 ¥980</p>	<p>天のめぐみ 茨城こしひかりブレンド 10kg 茨城・栃木県産使用 (検査・未検査100%)</p>  <p>〈本体価格〉 ¥2482 〈税込価格〉 ¥2680</p>	<p>丹精一品 5kg 茨城・栃木県産使用 (検査・未検査100%)</p>  <p>〈本体価格〉 ¥1149 〈税込価格〉 ¥1240</p>
--	---	---

各店舗ご案内

梅郷店	野田市山崎1408-4
江戸川台店	流山市青田 23-3
豊四季店	柏市豊四季245
松葉町店	柏市松葉町7-28-6
初石店	流山市西初石5-39-1
大金平店	松戸市大金平95-6

<p>ごじょっぱり 10kg 茨城・栃木県産使用 銘柄無低価格率仕米 (検査・未検査100%)</p>  <p>〈本体価格〉 ¥1843 〈税込価格〉 ¥1990</p>	<p>The米 10kg 茨城・栃木県産使用 未熟(粒が小さく白いお米) 白米 究極の低価格実現 (検査・未検査100%)</p>  <p>〈本体価格〉 ¥1380 〈税込価格〉 ¥1490</p>	<p>こしひかり 10% 10kg 茨城・栃木県産使用 (検査・未検査100%)</p>  <p>〈本体価格〉 ¥212 〈税込価格〉 ¥2280</p>
--	---	---

あきたこまち10% 10kg
茨城・栃木県産使用
(検査・未検査100%)



〈本体価格〉 ¥212
〈税込価格〉 ¥2280



おしんが奉納してくださる「おにぎりちゃん」

規格外品を有効活用し、地球に優しくお財布に優しい商品です。

◎☆金芽米ではありませんが胚芽部分を残すよう精米しました☆◎
商品はJAS法に照して表記しております。
検査証明を付記していない玄米を使用した場合、もとはこしひかり・あきたこまち・etcでも袋に表示することが出来ません。
私どもは俗に言う規格外品(曲がったキュウリ・太すぎる大根etcなど、味に变りのないもの)を有効活用して低価格を実現しております。

☆☆一般価格より15~20%お安くなっております☆☆

〒307-0033茨城県結城市山川新宿657番地お米の自動販売機
Tel0296-35-1104米如味いちばん館