

結び屋



「金芽ロウカット玄米」を使用した
おむすびを紹介します。

玄米むすび

シンプルに
塩で味付け
しました。

130円

鮭ごま玄米むすび

鮭とごまを
混ぜ込んだ
おむすびです。

鮭が苦手な方
でも混ぜ込みタイプ
のおむすびは食べ
やすいのでおススメ
です。

160円

プレミアムいなり

鰯と昆布のだしが
きたすし揚げ使用

2個入 280円

玉子太巻き

出し巻き玉子と金平ごぼうを
巻いた太巻き

240円

玄米いなり

珍しい玄米シャリの
いなりずし

180円

お知らせ

スタンプ
WALLET
スマホアプリでお店の
QRをよこむだけ!!

スタンプカードの押印は12月31日を
もちまして終了となります。今後は
「スタンプWALLET」のみ利用可能です。
詳しくは「結び屋」までお問い合わせください。
TEL. 099-230-7803

精米コーナー

「結び屋」店頭で精米しています!

秋の新米が
豊富に揃ってます!

つきたてのお米は
格別ですよ~!

ごはんが主食で健康的な食生活を!

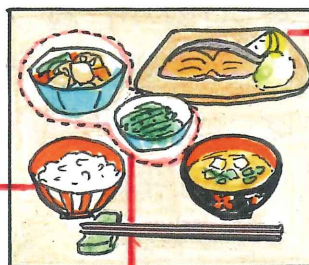
食事の基本は**①主食 ②主菜 ③副菜**です。3つの料理を
揃えると栄養などのバランスがとりやすい!!

ごはんは他の
料理の選択を
リードする役割!

①主食のごはん

◎味が淡泊なので
どんな食品、どんな
料理法、どんな味
付けの料理とも
相性がいい。

ごはんは炭水化物を
含み、生命を維持
するエネルギー源!!



③副菜

◎野菜・芋類・海藻類
きのこ類など

ビタミン・ミネラル
食物繊維などを含み
栄養代謝のサポートに!

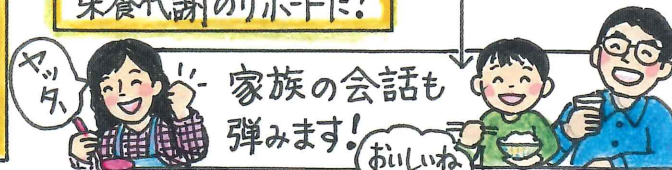
②主菜

食事の中心となる料理。

◎肉・魚・卵・豆腐など
たんぱく質や脂質を
多く含む。

筋肉や血液など
体をつくるもと

食事の質を高め
食卓を豊かに
彩ります。



日本の食事文化は5色が基本!

赤 血となり肉となる
食べもの
大豆・魚介類・肉類・卵

白 エネルギーとなる
食べもの
(米や雑穀)

黄 ビタミンや食物繊維の
供給源
(根菜・芋類)

緑 ビタミンや食物繊維
(緑の濃い野菜)

黒 貴重なミネラル源
(海藻・きのこなど)



①玄

②半

今年はパルライス創立50周年にあたり皆様にはこれまで
ご愛顧いただき心より感謝申し上げます。ありがとうございます。
「おむすび通信」ではお米のもつ力が健康につながることを含め、
お米の素晴らしさをこれからも発信してまいりますのでどうぞよろしく
お願い致します。皆様、慌ただしい年の瀬、くれぐれもお身体を
お大事にお過ごしください。よいお年を♡(松元)

おむすび通信

鹿児島パルライス株

創立50周年

愛されて50年
これまでもそしてこれからも

感謝

これからもお米の
情報を掲載してい
ますので「おむすび通信」も
よろしくお願ひしませう

年末・年始休業日のお知らせ

令和2年 12/29日(火) 30日(水) 31日(木)
令和3年 1/1日(金) 2日(土) 3日(日)

鹿児島パルライスの
HP・Instagramも
ごらんください。

JAのお米屋さん

鹿児島パルライス株式会社
〒891-0122 鹿児島市南栄三丁目17番地1
TEL. 099-268-1234 FAX. 099-268-1238
http://www.kapr.co.jp