



Diese Woche im Angebot:

Frisch von der Landmetzgerei A. Baur aus Zadels aus eigener Schlachtung, aus unserer Region:		
Schweinebauch ohne Bein (mager) 10,90€/kg	100g	nur 1,09€
Viele weitere Frischfleisch-Angebote auf Bestellung. Bitte fragen Sie unsere Verkäuferinnen		
Beachten Sie auch unsere große Auswahl an Frischwurst und Käse in unserer Frischetheke		
Bierbrauerpfanne (bratfertig) 14,90€/kg	100g	nur 1,49€
Farmerschinken 19,90€/kg	100g	nur 1,99€
Schlossbratwurst 13,90€/kg	100g	nur 1,39€

Geflügelbestellung bis Montag, den 17.07.2023

Öffnungszeiten

Dorfladen:

Mo. bis Fr. 7:30 - 12:30 Uhr
Mo. Do. und Fr. 16:00 - 18:30 Uhr
Sa. 7:30 - 12:30 Uhr

Getränkeladen:

Mo. Mi, Do, Fr 10:00 bis 12:00 Uhr
Mo. Do. und Fr. 16:00 – 18:00 Uhr
Sa. 9:00 - 12:30 Uhr

Weitere Angebote auf der Rückseite

Angebote gültig vom 03.07.2023 – 08.07.2023 solange Vorrat reicht

Druckfehler vorbehalten



Unsere Angebote dieser Woche:

Iglo Schlemmerfilet 380g, versch. Sorten (13,13/kg)		nur	4,99€
Hengstenberg Altmeister Essig 0,75l, (1,72€/l)		nur	1,29€
Hengstenberg Knax Gewürzgurken 720ml, (3,74€/l)		nur	2,69€
Popp Frischer Krautsalat 400g Becher, (4,98€/kg)		nur	1,99€

Der Genusstipp: Melonen – viele Vitamine, wenig Kalorien

Ob Wassermelone, Cantaloupmelone oder andere: Im Sommer sind Melonen ideal, denn sie sind erfrischend, arm an Kalorien und enthalten viele Vitamine und Nährstoffe – also gut geeignet für eine gesunde Ernährung. Obwohl Melonen süß schmecken, gehören sie zur Familie der Kürbisgewächse. Sie sind also Gemüse und kein Obst. Da sie zum größten Teil aus Wasser bestehen, sind sie sehr erfrischend, wohlschmeckend und kalorienarm.

Vitamine statt Kalorien: Wassermelonen helfen beim gesunden Abnehmen.

Denn die Wassermelone besteht zu rund 95% aus Wasser und hat nur 24 Kilokalorien pro 100 Gramm. Diese wichtigen Nährstoffe sind enthalten: **Vitamin C** stärkt das Immunsystem, **Vitamin A** sorgt für schöne Haut und gesunde Augen. **Vitamin B6** ist wichtig für Gehirn und Nerven. **Eisen** unterstützt die Blutbildung. **Kalium** spült in Kombination mit dem Wasser die Nieren. Außerdem sind Melonen reich an sekundären Pflanzenstoffen.

Der besondere Tipp: Melonen-Zucchini-Salat; Blattsalate mit Mozzarella, Zucchini und Melonen ergänzen – ein echter Sommergenuss.

Dorfladen UG, 87448 Niedersonthofen, Mühlenbergstraße 3, Telefon 08379 / 92 95 970

E-Mail: dorfladen.niso@t-online.de / Homepage: www.dorfladen-niedersonthofen.de

Angebote gültig vom 03.07.2023 – 08.07.2023 solange Vorrat reicht

Abbildungen ähnlich - Druckfehler vorbehalten