

제 392호

# 주간 알뜰 장보기 물가정보



발행 aT유통정보부 문의 061-931-1087 담당 서용희

발행일 2019. 4. 26

## 중 · 대형유통업체 할인행사 정보

(단위 : 원)

구분	이마트			롯데마트			홈플러스		
	품명	규격	행사가	품명	규격	행사가	품명	규격	행사가
농산	<b>HOT</b> 오렌지/미국산	1개	890	<b>HOT</b> 갈비/LA	100g	2,800	<b>HOT</b> 봄상추	1봉	2,000
	깻잎/국내산	1봉	980	참외/성주	1.5kg	9,900	고추/친환경	1봉	2,000
	상추/로메인	1봉	2,480	사과/ 국산	1봉	6,900	간마늘	100g	1,250
	토마토	8개	4,980	바나나/수입	750g내	2,500	오이/다다기	10입(봉)	4,990
	메론/국내산	1개	7,980	키위/수입	12입	8,900	당근/친환경	2kg	4,000
	수박/국내산	6~7kg	20,900	방울토마토	1kg	4,900	호박고구마	1.5kg	7,200
	쌀/여주	10kg	37,800	수박	4~5kg	12,900	수박	5~6kg	14,900
축산	<b>HOT</b> 삼겹살/ 불고기용	100g	580	<b>HOT</b> 삼겹살/냉장	100g	1,600	<b>HOT</b> 돼지/앞다리	100g	690
	돈 앞다리/국내산	100g	880	돼지수육/냉장	100g	1,600	삼겹살/수입	100g	990
	돈 목심	100g	2,800	갈비살/미국	1개	2,870	갈비살/미국	100g	4,590
수산	<b>HOT</b> 굴	250g	2,980	<b>HOT</b> 새우/ 페루산	1마리	240원	<b>HOT</b> 오징어/해동	1마리	2,290
	멸치/국물용	1kg	9,980	오징어/해동	1마리	3500	고등어/해동	11개	2,990
	고등어/수입	800g	11,800	멸치/볶음용	500g	12,780	전복/완도	5마리	9,990
구분	이마트 에브리데이			롯데슈퍼			홈플러스 익스프레스		
	품명	규격	행사가	품명	규격	행사가	품명	규격	행사가
농산	<b>HOT</b> 오이/백오이	10개	3,950	<b>HOT</b> 버섯/참느타리	200g	1,000	<b>HOT</b> 오렌지/미국	1개	300
	오렌지/미국	14개	9,900	청양고추	봉	1,000	간마늘/국내산	500g	3,990
	골드키위/수입	1팩	8,900	오이/다다기	봉	1,890	방울토마토	1kg	5,990
	쌀/현미	3kg	9,900	계란	30입	4,890	청포도/칠레산	1.2kg	9,990
	햇양파/국내	2kg	2,950	오렌지/미국	16입	9,900	산딸기/국내산	400g	10,990
축산	<b>HOT</b> 삼겹살/냉동	600g	9600	<b>HOT</b> 안창살/호주산	300g	10,900	<b>HOT</b> 돈육 앞다리	100g	1,350
	갈비살/호주산	1팩	8,950	부채살/미국산	300g	5,970	우유	2.3L	4,990
	돈목심/냉장	1팩	16,800	찜갈비/냉장	800g	9,920	닭갈비/춘천	1kg	9,990
수산	<b>HOT</b> 바지락/국내산	1kg	6,900	<b>HOT</b> 굴비/영광	65g	990	<b>HOT</b> 간고등어	2마리	1,990
	멸치/국물용	1.5kg	9,900	새우/수입	20g	449	오징어/해동	1마리	2,296
	김/도시락김	32봉	6,900	김/도시락김	20봉	3,990	김/대천	54봉	9,990

※ 할인행사는 지역 · 점포별로 상품과 가격 및 기간이 다소 차이가 있을 수 있습니다.

## 부추 제철 먹거리

- ▶ 좋은 상품은? 앞의 끝부분이 곧고 뒤틀리지 않은 것
- ▶ 손질 · 저장 (손질) 흐르는 물에 깨끗이 씻고 끝부분은 약간 잘라내어 사용 (저장) 흠이 묻은 상태로 종이에 싸서 냉장실에 보관
- ▶ 요리방법은? · 생채로 먹거나 삶아서 나물을 무치거나 국건더기로 사용 · 부추겉절이, 부추전, 부추계란찜 등
- ▶ 가격&칼로리 2,890원/300g, 22kcal/100g
- ▶ 어디에 좋아요 비타민 B1, B2, B6, C, E, K 등 비타민이 풍부하여 피로회복에 좋음
- ▶ 특징은요 부추는 잘라내면 또 자라서 올라오는 여러해살이 작물임

