



Pilersuisoq

KNI-p ilagaa



Naatitat peqqinnartut
Mød grøntsagernes superhelte

Aviisi angerlaaguk
Aviisi ulluni
14-ini atuuppoq

Tag avisen med hjem
Avisen gælder i 14 dage

Atuariartorfissanngorpoq

Så er det tid til skolestart



Sipaaruk | Spar

14⁹⁵

**Ullaakkorsiutit/
Kellogg's morgenmad**
Assigiinng. arlallit/
flere varianter, 330-500 g
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 42,95

Poortaq | pr. pakke

28,-



Sipaaruk | Spar

18⁹⁵

Rynkeby juice-t
Assigiinng. arlallit/
flere varianter, 1,75 l
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 46,95

Ataaseq | pr. stk.

28,-



Spar op til

40⁵⁰

angullugit sipaakkit



Immuit/Mælk
Assigiinng. arlallit/
flere varianter, 1 l
Normalpris op til 12,95 tikillugu
nalinginnaasumik akilik

Qulit | 10 for

89,-



Illit pillutit atavugut
Vi er til for dig

KNI



Atualeqqaarneq.
Taqussat siulliit

Første skoledag.
Første madpakke



Amerlanerusugut atualeqqaarneput, atuariatornissatsinnullu pissanganerput eqqaamavarput. Ulluni makkunani 330-t 1. klassimi atualertussaapput. Angajoqqaatut eqqarsaatiginnitsoor-sinnaangisagut: *Skuuni qilernerlugit, kavaajanilu iluamik atinerlugu? Taqussani nerinerlugit?*

Taqussat Pilersuisumi ukkataraagut. Taqussammi pinnguarnissamut, malinnaanissamut, ilikkarnissamullu nukissaqalersitsisarput. Iffiat qaarsillarnarput, taqussiornermilu meeqqat peqataatikkaanni taqussatik nerissagaat ilimanarluinnarpoq. Taqussiorneq pillugu quppersagaq pisiniarfimmit pissarsiariuk.

De fleste af os kan huske vores første skoledag og sommerfuglene i maven. I disse dage skal 330 nye 1. classes elever starte i skole. Og som forældre skal vi igennem: *Kan de nu selv binde snørebånd og lyne jakken? Husker de at spise madpakken?*

I Pilersuisoq sætter vi fokus på madpakken. For den skal give energi til leg, koncentration og læring hele skoledagen. Du kommer langt med rugbrød og pålæg. Og ved at involvere børnene i madpakken er der større chance for, at den bliver spist op. Få en madpakke-folder i butikken.



Qunguleq spinatilu – suppaalluarnarpaat

Kål og spinat – grøntsagernes superhelte

Qunguleq spinatilu peqqinnarput, akikipput mamarlutillu. Kostfiberinik, vitamininik, antioxidanterinillu akoqarluarput, kaloriaqarpallaaratillu. Sivisuumik nillataartsivimmiissinnaapput. Nerisassiarpassuarni akugineqarsinnaapput – soorlu assigiinngitsunik akoorinermi, suppiliornermi, neqinut, naatsiianulluunniit aserortikkanut qalliutitut akugineqarsinnaallutik. Qunguleq spinatilu qanoq atorineqarsinnaaneri pillugit Mads Daniel Skifte oqaluttuartoq isiginnarlugu mamarisavut.gl isumassarsiortfigiuk.

Kål og spinat er sundt, billigt og smager fantastisk. De indeholder mange kostfibre, vitaminer, antioxidanter og få kalorier. Og så holder de sig længe på køl. De er nemme at anvende i mange slags retter – f.eks. i din sammenkogte ret eller suppe, som tilhører til kød eller topping på din kartoffelmos. Find meget mere inspiration på mamarisavut.gl, hvor Mads Daniel Skifte fortæller om, hvordan du ellers bruger kål og spinat.

mamarisavut.gl





Sipaaruk I Spar
590

Økologisk yoghurt

Assigiinng. arlallit/flere varianter, 150 g
Nalinginnaasumik aki/Normalpris 7,95

Marluk | 2 for

10,-



Sipaaruk I Spar
695

Yoggi yoghurt

Assigiinng. arlallit/flere varianter, 1 l
Nalinginnaasumik aki/Normalpris 23,95

Ataaseq | pr. stk.

17,-



Sipaaruk I Spar
495

Punneq/ Lurpak smør

Assigiinng. arlallit/flere varianter, 200 g
Nalinginnaasumik aki/Normalpris 21,95

Ataaseq | pr. stk.

17,-



Sipaaruk I Spar
695

Immussuit kitseriikkat/ Klovborg ost i skiver

Assigiinng. arlallit/flere varianter, 200-240 g
Nalinginnaasumik aki/Normalpris 31,95

Ataaseq | pr. stk.

25,-



Ullaakkorsiutit ullor-
mut nukissaqalersit-
sisarput

God morgenmad giver
energi til skoledagen



Sipaaruk I Spar
595

Immussuaaqqat/ Lillebror ostehaps

6x18 g
Nalinginnaasumik aki/Normalpris 17,95

Poortaq | pr. pakke

12,-



Sipaaruk I Spar
1295

Manniit/Æg

Str. L/M, 15 stk.
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 37,95

Poortat ataatsit | pr. bakke

25,-



Sipaaruk I Spar
895

Iffiaq qaortoq/ Franskbrød*

675 g
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 23,95

Ataaseq | pr. stk.

15,-



Sipaaruk I Spar
1195

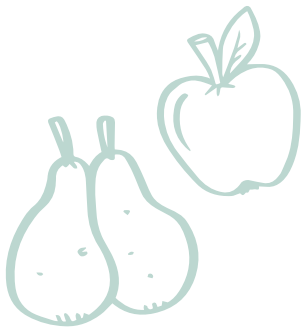
Iffiaq/ Rugbrød*

1000 g
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 33,95

Ataaseq | pr. stk.

22,-

*Taamaallaat iffiorfilinni imal.
Bake-off-illinni atuuppoq/
Gælder kun hvor der er bager
eller bake-off.



Sipaaruk I Spar
1460

Naatitat akuleriitassat/

Bland selv frugt
Små appelsiner, æbler
imal./eller pærer
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 4,95

Arfineq-pingasut | 8 for

25,-



**PEQQINNEQ
ULLUINNARSIUTIN-
NGORTIGUK
2020**
Sund hver dag



Sipaaruk I Spar
1495

Naatsiiat/Kartofler

2,5 kg
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 44,95

Netsi | pr. net

30,-



Sipaaruk I Spar
995

Uanitsut/Løg

2 kg
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 39,95

Poortaq | pr. pose

30,-



Sipaaruk I Spar
695



Ribena solbær
Assigiinng. arlallit/
flere varianter, 850 ml
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 36,95

Puiaasaq | pr. flaske

30,-



Spar op til
2790
angullugit sipaakkat

Paarnat qerisut/Gestus bær

Assigiinng. arlallit/flere varianter, 250-450 g
Normalpris op til 27,95 tikillugu nalinginnaasumik akilik

Marluk | 2 for

28,-



Sipaaruk I Spar
995

**Seqqulluttut/Sun Maid
mini-snacks rosiner**

18-pak, 252 g
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 39,95

Poortaq | pr. pakke

30,-



Spar op til
63,-
angullugit sipaakkit

Aqqaneq-marluk | 12 for

135,-

Sodavand*

Assigiinng. arlallit/
flere varianter, 50 cl
Normalpris op til 16.50 tikillugu
nalinginnaasumik akilik



Sipaaruk | Spar
18,-

Arfinillit | 6 for

39,-

Sodavand**

Assigiinng. arlallit/
flere varianter, 33 cl
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 9,50



Sipaaruk | Spar
5,95

Arlaat | frit valg

19,-

**Suntop imal./eller
Sunzest**

Assigiinng. arlallit/
flere varianter, 3x250 ml
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 24,95

Sipaaruk | Spar
36,-

Immiaaqqat/Øl*

Assigiinng. arlallit/
flere varianter, 33 cl
Normalpris op til 20,00 tikillugu
nalinginnaasumik akilik

Qulit | 10 for

159,-



Sipaaruk | Spar
55,-



Immiaaqqat/Øl**

Assigiinng. arlallit/
flere varianter, 33 cl
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 19,50

Aqqaneq-marluk | 12 for

179,-

*Puualu puiaasaq ataaseq 2 kr. karsilu ataaseq 10 kr./ Plus pant 2 kr. pr. flaske og 10 kr. pr. kasse. **Tunumi Qaanaamilu taamaallaat atuupput/ Gælder kun Østgrønland og Qaanaaq.



Sipaaruk | Spar
424,-

Ullunut
28-nut igaassat/
28 dages middage
20,5 kg
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 1.399,00

Karseq | pr. kasse

975,-



Sipaaruk | Spar
695

Beauvais pizzasnegle imal./eller pølsehorn
Assigiinng. arlalit/
flere varianter, 250 g
Nalinginnaasumik aki
/Normalpris 34,95

Poortaq | pr. pose
28,-



Sipaaruk | Spar
1295

Puulukit uummataat/ Svinehjerter
3-4 stk., 1000 g
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 47,95

Poortaq | pr. pakke
35,-



Spar op til
2495
angullugit sipaakkit

Puulukip neqaa aserortigaq imal. medister aseqqorluttoq/ Hakket svinekød eller grovhakket medister
1000 g
Normalpris op til 69,95 tikillugu nalinginnaasumik akilik

Arlaat | frit valg
45,-



Spar op til
1295
angullugit sipaakkit

Kinguppaat imal. neriipit kissarsuutikkoortariaanaat/Kutterrejer eller ovnlare fiskefileter
125-400 g
Normalpris op til 44,95 tikillugu nalinginnaasumik akilik

Arlaat | frit valg
32,-



Sipaaruk | Spar
60,-

Kinguppaat qalipaajariikkat/ Pillede rejer
2000 g
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 259,00

Poortaq | pr. pose

199,-





Sipaaruk I Spar
595

**Qajusut/
Amo hvedemel**
2 kg
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 25,95

Ataaseq | pr. stk.
20,-



Sipaaruk I Spar
1495

Nutella
630 g
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 49,95

Ataaseq | pr. glas
35,-



Sipaaruk I Spar
495

**Naatitanit tamulugas-
sial/Frugstænger**
Assigiinnig. arlallit/
flere varianter, 102 g
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 14,95

Ataaseq | pr. stk.
10,-



**Qaqorteqqasulerlugit
imal. pastalerlugit
nerisassiassat/
Knorr ris- eller
pastaretter**
Assigiinnig. arlallit/
flere varianter, 253-321 g
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 34,95

Arlaat | frit valg
25,-



Sipaaruk I Spar
995



Sipaaruk I Spar
595

**Tinguliaq/
Faaborg postej**
Assigiinnig. arlallit/
flere varianter, 2x125 g
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 24,95

Ataaseq | pr. stk.
19,-



Sipaaruk I Spar
595

**Pork
luncheon meat**
340 g
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 24,95

Ataaseq | pr. stk.
19,-



Sipaaruk I Spar
595

**Qallersuuttissat
kitsigassat/Gøl
kød- imal./eller
cervelatpølse**
400 g
Nalinginnaasumik aki/Normalpris
34,95

Ataaseq | pr. stk.
29,-



Sipaaruk I Spar
995



Thai chicken
Assigiinng. arlallit/
flere varianter, 320-350 g
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 39,95

Ataaseq | pr. stk.

30,-



Victors Hotwings
1000 g
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 64,95

Poortaq | pr. pose

50,-



Sipaaruk I Spar
1495



Pizza Ristorante
Assigiinng. arlallit/
flere varianter, 335-395 g
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 39,95

Ataaseq | pr. stk.

30,-

Sipaaruk I Spar
995



Sipaaruk I Spar
995



**Uutat/
Hatting brød**
Assigiinng. arlallit/
flere varianter
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 39,95

Poortaq | pr. pose

30,-



Sipaaruk I Spar
995

**Iffiit/
Skovmandsbrød**
1000 g
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 39,95

Ataaseq | pr. stk.

30,-



Kissartutugassat

Varm dig på en kop hygge



Sipaaruk I Spar
995

Nescafé imal./eller Nestlé instant kaffe imal./eller kakao

Assigiinng. arlallit/flere varianter, 125-200 g
Nalinginnaasumik aki/Normalpris 38,95

Poortaq | pr. pakke

29,-

Sipaaruk I Spar
1495



Kaffit/
Rød Karat kaffe
400 g
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 49,95

Ataaseq | pr. stk.

35,-



Sipaaruk I Spar
495

Nagguteeqqat/Skibskiks

500 g
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 24,95

Ataaseq | pr. stk.

20,-



Naatsiat panertut/
Kims chips

Assigiinng. arlallit/
flere varianter, 100-175 g
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 32,95

Ataaseq | pr. stk.

20,-

Sipaaruk I Spar
1295



Pilersuisumiit
ilaqutariinnut sikut/
Pilersuisoq Family
iskasse

16 stk.
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 99,95

Karseq | pr. kasse

75,-

Sipaaruk I Spar
2495



**Anthon Berg
Guldæske**

310 g
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 141,50

Ataaseq | pr. stk.

99,-

Sipaaruk I Spar
42⁵⁰



Mamakujit/Slik

Assigiinng. arlallit/
flere varianter, 1400 g
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 199,95

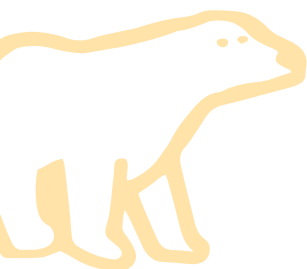
Qattaq | pr. spand

139,-

Sipaaruk I Spar
60⁹⁵

Tungusunnitsut neqeroorutit

Søde tilbud til alle



**Sukkulaatit/
Toms chokoladebarer**

Assigiinng. arlallit/
flere varianter, 45-50 g
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 14,95

Ataaseq | pr. stk.

10,-

Sipaaruk I Spar
4⁹⁵



Carletti chokolade

Assigiinng. arlallit/flere varianter, 110 g
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 24,95

Poortaq | pr. pose

20,-



Sipaaruk I Spar
4⁹⁵



M&M's

Assigiinng. arlallit/flere varianter, 165 g
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 36,95

Poortaq | pr. pose

29,-



Sipaaruk I Spar
7⁹⁵



Sipaaruk I Spar
1195



**Nalequttat/
Libresse trusseind-
læg imal./eller bind**
Assigiinng. arlallit/flere
varianter, 10-30 stk.
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 31,95

Poortaq | pr. pakke
20,-



Sipaaruk I Spar
2595

Nangit/GRØN Balance bleer
Assigiinng. arlallit/
flere varianter, 38-56 stk.
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 124,95

Poortaq | pr. pakke
99,-



Sipaaruk I Spar
795



**Equtissiat imal.
allartussiat/
Lambi extra long toilet-
papir eller køkkenrulle**
Imusat 2-4 rl.
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 36,95

Poortaq | pr. pakke
29,-



*Akuutissaqaratik
sapigalinnut pitsaasut
Mild og god til sarte børn
og voksne*



Spar op til
2495
angullugit sipaakkit

**Akuutissalersugaanngitsut/
Neutral marked**
Assigiinng. arlallit/
flere varianter, 50-1000 ml, 1275 g
Normalpris op til 49,95 tikillugu
nalinginnaasumik akilik

Arlaat | frit valg
25,-

TV NEQEROORUT TV TILBUD TV NEQEROORUT



Sipaaruk I Spar
14⁹⁵

Beauvais
DAGENS RET
SPAGHETTI BOLOGNESE

Beauvais
DAGENS RET
WIENERGRYDE

Beauvais
DAGENS RET
SPAGHETTI NAPOLI

Beauvais
DAGENS RET
BOLLER I KARRY
MED RIS

KLASSISKE KØDBOLLER
I ORIGINAL KRYDDRET KARRYSALUCE MED RIS

Gestus
FLÆDE
TOMATER
POMODORI
ITALIARI

Gestus
HAKKEDE TOMATER
MED HVIDLØG
POMODORI
ITALIARI

Gestus
HAKKEDE TOMATER
MED CHILI
POMODORI
ITALIARI

Gestus
HAKKEDE TOMATER
POMODORI
ITALIARI

Sipaaruk I Spar
13⁹⁰

**Kissariaannaat/
Beauvais færdigretter**
Assigiinng. arlallit/
flere varianter, 525-570 g
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 39,95

Ataaseq | pr. stk.
25,-

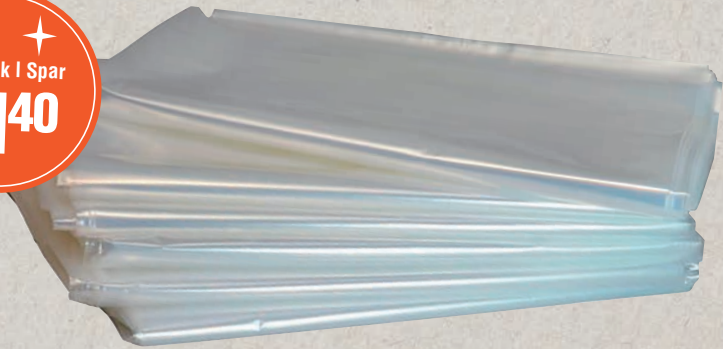


Gestus tomater
Assigiinng. arlallit/
flere varianter, 400 g
Nalinginnaasumik aki/
Normalpris 11,95

Marluk | 2 for
10,-

**Puussiarsuit qaamasut/
Flexopack plastsæk
fangerpose**
Transparent, 500x1000x0,10 mm
Nalinginnaasumik aki/Normalpris 5,95
Aqqaneq-marluk | 12 for

Sipaaruk I Spar
21⁴⁰



50,-



Pilersuisoq
KNI-p ilagaa

Naqinnerlutat nioqutissallu nunguttoorsinnaanerat sillimaffigeqquneqarpoq. Der tages forbehold for trykfejl og udsolgte varer.
Nunaqarfiillu anginerit/større bygder. Illoqarfimmi aviisi sapaatip akunnerani 31/32, 27. juli – 9. august 2020, atuupput.
Byavisen gælder i uge 31/32, 27. juli – 9. august 2020.

Ililit pillutit atavugut
Vi er til for dig

Kalaallit Nunaanni naqitaq nungusaataangitsunik orpiaanermit / Trykt i Grønland på papir fra bæredygtigt skovbrug