

● 今週のカレンダー

※気象データは2016年分

今年の「夏土用」は、7月19日～8月6日まで。そもそも、土用とは立春・立夏・立秋・立冬前のそれぞれ約18日間の事で年に4回ありますが、一般的に「土用」と言うと立秋前の夏土用を刺すことが多いようです。

さて、夏の土用と言えば、うなぎを連想する人も多いのでは？元々、丑の日に“う”の付く食べ物を食べると病気になるという言い伝えがあり、江戸時代に学者・発明家などの肩書をもつ平賀源内が“本日・土用丑の日”というキャッチコピーを考え、鰻屋さんの店先に張り出したところ大当たりしたのが、現在まで続いているのです。

今年は、7月25日と8月6日が夏土用の丑の日になります。うなぎを食べて、夏を乗り切りましょう！

日付	曜日	六曜	行事・記念日	最高気温	最低気温	天気(風)
7/17	月	仏滅	海の日 東京の日	25.1	21.1	☁
7/18	火	大安	光化学スモッグの日	30.2	22.2	☀
7/19	水	赤口	夏土用入 北壁の日	29.2	20.7	☀
7/20	木	先勝	月面着陸の日 ハンバーガーの日	26.2	20.4	☁
7/21	金	友引	自然公園の日	23.6	19.1	☁
7/22	土	先負	ナツの日 下駄の日	24.5	18.8	☀
7/23	日	赤口	大暑 天ぷらの日	22.5	18.5	☁



仙都魚類は、「食材王国みやぎ」を応援しています。

● 今週のおすすめ情報

夏バテ対策は普段の食生活から…！！

気温と湿度もグングン上昇し、真夏日が続く毎日！夏の土用や大暑も迎えます。暑くなると食生活も偏りがちですが、意識してバランスの良い食事を心がけましょう。

7月23日は大暑ですが、同じ日は天ぷらの日でもあります。えび・いか・あなご・はも…旬の魚を天ぷらでもお召し上がり下さい！

刺身商材では、真あじ・煮だこ・養殖銀鮭などが安定入荷中！たこや銀鮭は、カルパッチョなどの夏メニューにも使いやすいので今の時期にオススメの商材です。旬の魚で栄養バランスを整えましょう！



オススメ! 夏土用に!
しじみの味噌汁!

梅雨と夏の到来です！

夏の食卓にはコレッ♪

- 新物 紅子 <アメリカ産 1等>…k4,500円～
そろそろエア便の最終入荷になります！
- 助子 ●明太子 <ロシア・アメリカ産 1k(ギフト)>
…各k3,500円～ お中元の贈答用に！
- 汐紅鮭フィーレ 激辛3枚おろし <カナダ産 5k/6枚>
…k2,600円～ 現地で生から漬け込んで作りました。
- 汐紅鮭フィーレ 激辛センターカット
<ロシア産 13.5k/9～14枚>…k1,600円～
お茶漬けやおにぎりなどでお召し上がり下さい！
- 汐ます <北海道産 7.5k/6～8尾>…箱5,500円～
- ゴロほぐし焼鯖 ●ゴロほぐし塩鯖
<あかふさ食品 各80g/12×4> 簡単便利なちょっと変わったフレークです！そのままでもおかずになります！
- つぼ鯛開きフィーレ <丸安 各種>

● 今週の見通し (7月17日～7月23日)

商品名	産地	規格	予想価格	相場
■遠海課 ☎022-237-8320				
するめいか	青森県沖他	30尾	箱3,000～2,700円	➡
ごまさば	宮城県沖他	6～10尾	箱1,800～1,000円	➡
養殖 銀さけフィーレ	宮城県他	5k/約6枚	k1,200～1,100円	➡
生かつお	宮城県沖他	約3k/1尾	k1,200～800円	➡
生かつお	宮城県沖他	約7k/3尾	k700～500円	➡
■特種課 ☎022-237-8325				
生うに	宮城県	150g	枚2,000円～	➡
殻付うに	宮城県	18入	個300円～	➡
養殖 ほや	宮城県	18入	個90円～	➡
天然 ほや	宮城県沖	18入	個130円～	➡
■鮮魚課 ☎022-237-8323				
開きあなご	宮城県	2k/10～20入	k2,300円～	➡
はもパック	愛媛県	約1k/2～3入	k3,000円～	➡
岩がき	秋田県沖	40～50入	個200円～	➡
きんめだい	東京都沖	約5k/4～5尾	k2,300～2,000円	➡
真子がれい	宮城県沖	約3k/2～5入	k850円～	➡
■鮮まぐろ課 ☎022-237-8324				
天然 インドまぐろ	ニューゼaland・オーストラリア	—	お問い合わせ下さい	➡
めばちまぐろ	沖縄県沖他	—	お問い合わせ下さい	➡

● お買得情報

※天候・時化等により、入荷・規格が変更になる場合があります。

- 遠海 真あじ <千葉県産他 5k/約18尾>
…k600～450円 刺身・たたき・握りがオススメ！生姜醤油で、さっぱりとお召し上がり下さい。
- 特種 つぶ貝 <北海道産沖 5k>…k1,500円～
刺身はもちろんですが、スタミナアップにガーリック炒めはいかがですか？コリコリした食感でおつまみにもピッタリ！
- しじみ <宮城県産 中サイズ>…k1,500円～
土用に向けて、やや相場は上がり気味。味噌汁の他、美味しさを味わえる潮汁もオススメの食べ方です！
- 近海 煮だこ <福島県産 5k/6～8入>…k1,200円～
マリネやサラダなど、夏向けのメニューにも使いやすく便利な商材です。
- まぐろ 天然 本まぐろ <北海道・三陸産 定置>
連休のごちそうにいかがですか？