

● 今週のカレンダー

※気象データは2016年分

11月7日は「鍋の日」です。「い(1)い(1)な(7)べ」の語呂合わせと、この日が冬の始まりとなる立冬になる事が多い事から制定された記念日です。

冬の食卓には欠かせない鍋！山の幸と海の幸に恵まれた日本には、各地に自慢のご当地鍋があります。しょうつる鍋・かき鍋・あんこう鍋・石狩鍋など、特色のある鍋がもりだくさん！入れる食材や味付けで全く別ものになるのが、鍋料理の特徴です。

人気の鍋料理と言えば、すき焼き・キムチ鍋・おでんが定番ですが、最近ではヘルシー志向が後押ししているのか、寄せ鍋や湯豆腐も人気が出ています。

好きな具材を入れられて、手間がかからないのも、鍋の良いところです。鍋の日には、ぜひ好きな鍋料理を食べましょう！

日付	曜日	六曜	行事・記念日	最高気温	最低気温	天気(風)
11/6	月	友引	アパート記念日	17.1	9.7	☀
11/7	火	先負	立冬 鍋の日	11.3	3.0	☀
11/8	水	仏滅	休市 刃物の日	13.5	3.4	☁
11/9	木	大安	119番の日 換気の日	10.8	6.7	☀
11/10	金	赤口	エレベーターの日 ハンドクリームの日	9.0	3.7	☁
11/11	土	先勝	鮭の日	7.3	3.0	☁
11/12	日	友引	洋服記念日 皮膚の日	17.1	6.2	☀



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

立冬を迎えて、本格的な冬が始まります…！！

街路樹の紅葉も、すっかり見頃の時期となりました。市場への入荷も、冬の魚が中心となってきています。

なめたがれいの入荷もはじまり、たら・どんこ・あんこう・かきなど、冬が旬となる魚も安定して入荷しています。鍋料理・フライ・煮魚といったあったかメニューをオススメします！

また、11月11日は「鮭の日」です。今年は秋鮭の水揚げ

が少なかったのですが、生の秋鮭に限らず、定塩鮭や鮭製品なども合わせて、積極的にアピールしていきましょう！



「鮭の日」に！
オススメ！ 鮭のバター醤油焼！

11月11日は「鮭の日」！

「鮭の日」の食卓にはコレッ♪

- 新物 味付いくら <北海道産 500g>…k11,000円～
- すしっこ <アイスランド産 500g>…p900円～
- とびっこ <ペルー・中国産 500g>…p1,400円～
サラダやパスタに和えて、ぷちとした食感が楽しい！
- 銀鮭西京漬 <ミズノシーフーズ 120g×2切>
…@400円～ 晩ご飯のおかずに！酒の肴に！
- 鮭フレック <道南冷蔵 145g>…@200円～
安定した人気商品！いつもの混ぜご飯やおにぎりの具に！
- サーモンマリネ <中外フーズ 800g>…k1,800円～
これからのクリスマスにも向けた商品です。
- 定塩紅鮭 <ロシア産 流し/中辛>…k1,600円～
美味しい紅鮭！焼きたてを大根おろしと一緒にどうぞ！
- 秋鮭フィーレ <北海道産 ワンフローズン>
…k1,200円～ 今年の秋鮭を使っています。

● 今週の見通し

(11月6日～11月12日)

商品名	産地	規格	予想価格	相場
■遠海課 ☎022-237-8320				
はたはた	北海道沖	3k/約20尾	k1,000～800円	➡
くろそい	北海道沖	5k/10～20尾	k450～350円	➡
なめたがれい(オス)	北海道沖	3k/4～8入	k1,400～1,100円	➡
尾長まぐろフィーレ	和歌山県	7～9k	k1,400～1,200円	➡
わらさ	青森県沖他	約9k/2尾	k500～400円	➡
■特種課 ☎022-237-8325				
生うに	北海道	150g	枚4,000円～	➡
貝ほっき	北海道沖	20入	個200円～	➡
加熱用かき	宮城県	500g	k1,800円～	➡
殻付かき	宮城県沖	20入	個180円～	➡
■鮮魚課 ☎022-237-8323				
秋さけ(オス)	岩手県沖他	3kUP/1尾	k900円～	➡
どんこ	青森県沖	約6k/10～15尾	k700円～	➡
あんこう	宮城県沖他	4～6k/1尾	k1,100円～	➡
真だら(オス)	岩手県沖	5～6k/1尾	k1,500円～	➡
ひらめ	福島県沖他	2～3k/1入	k1,200円～	➡
■鮮まぐろ課 ☎022-237-8324				
天然 本まぐろ	青森県・北海道沖	—	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

助白子パック

<北海道産 500g/20入>
…p600～400円 白子の味噌漬焼はいかがですか？1日ほど味噌につけてから炙って焼くと、ひと味違った美味しさ味わえます。

●特種

つぶ貝

<北海道産 5k>…k2,500円～
刺身はもちろん、酒の肴として甘辛煮もオススメです！

生食用かき

<宮城県産 500g>…k2,000円～
小ねぎなどの薬味とポン酢で食べるのが定番ですが、実はタバスコもオススメの調味料！お試しください！

●近海

あおりいか

<秋田県産 約3k/8～10入>
…k1,500～1,300円
刺身・寿司・天ぷらなどのシンプルな食べ方でお召し上がり下さい！

●まぐろ

めばちまぐろ

<塩釜・銚子産>
東沖のめばちまぐろ「ひがしもの」も上質なものが入荷しています！