



● **今週のカレンダー**

※気象データは2016年分

蒲鉾が初めて文献に登場したのは、平安時代の1115年。関白右大臣の引越しの時の祝宴に蒲鉾が出された、と載っています。この西暦1115年に因んだ事と、昔は七五三のお祝いに紅白の蒲鉾を用意する習慣もあったことから、11月15日は「かまぼこの日」とされました。

ところで、蒲鉾などの練り製品はおせち料理の時にしか食べない、という方もいるのでは？蒲鉾は高たんぱく低カロリーで、ダイエットや健康効果も高い食べ物です。それを年に数回しか食べないのは勿体ない！そのまま食べるだけでは飽きてしまいますが、揚げ物・チャーハンや炒め物の具・チーズやマヨネーズをのせてオープンで焼く…アレンジの効く食材なので、この機会にぜひ蒲鉾をたくさん食べてみて下さい！

日付	曜日	六曜	行事・記念日	最高気温	最低気温	天気(圖)
11/13	月	先負	うるしの日	18.8	4.8	
11/14	火	仏滅	いい石の日	15.6	7.9	
11/15	水	大安	休市 七五三 かまぼこの日	21.2	11.0	
11/16	木	赤口	幼稚園記念日 自然薯の日	12.5	9.0	
11/17	金	先勝	蓮根の日 将棋の日	11.0	4.8	
11/18	土	仏滅	土木の日	12.8	2.6	
11/19	日	大安	鉄道電化の日	7.5	5.4	



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**

七五三にはお祝いメニューを…！！

11月15日は「七五三」です。最近では当日だけでなく、10月後半頃から、神社へお宮参りに伺うご家族の姿も見られるようになってきました。七五三のお祝いも、11月15日だけでなく、前後の休日に行う家庭も多いため、この時期はお祝いメニューを主軸に提案しましょう！



お祝いに欠かせない魚と言えば、鯛やまぐろなどです。ちらし寿司も、華やかなお祝い事には好まれるメニューとなります。刺身盛りはもちろん、焼き物や揚げ物など七五三らしく子どもの好きなメニューで食卓を彩りましょう！

オススメ! 「七五三」のお祝いに!
鯛めし!

11月15日は「七五三」!
お祝いの食卓にはコレッ♪

- **新物 味付いくら** <北海道産 500g>…k11,000円〜 ちらし寿司などにも大活躍!
- **明太チューブ** ● **助子チューブ**
<アイスランド・ノルウェー産 各500g>…各p1,100円〜
- **ほっき貝サラダ** <三豊 1k>…k1,800円〜
彩りも鮮やかでお祝いの前菜としてもオススメ!
- **えびフライ** <エビコー 10尾>…p240円〜
子ども大好き!七五三メニューにご利用下さい!
- **鯨ベーコン** <成尚 100g>…p650円〜
- **トラウトトリム-E** <チリ産 プレミアム>…k2,000円〜
- **アトラントリム-E** <チリ産 プレミアム>…k1,800円〜
刺身の盛り合わせに!子どもや女性に人気があります。
- **チリ銀スモーク** <チリ産(タイ加工) 60g>…@300円〜
オードブルやサラダなどにご利用下さい。

● **今週の見通し (11月13日~11月19日)**

● **お買得情報**

商品名	産地	規格	予想価格	相場
遠海課 ☎022-237-8320				
わらさ	青森県沖他	約9k/2尾	k450~400円	➡
尾長まぐろフィーレ	和歌山県他	7~9k	k1,400~1,200円	➡
たらフィーレ	北海道他	5k/4~6枚	k1,200~1,000円	➡
真白子	北海道他	5k・3k	k7,000~3,500円	➡
なめたがれい(オス)	北海道沖	3k/4~10枚	k1,400~1,200円	➡
特種課 ☎022-237-8325				
生うに	北海道	150g	枚4,000円~	➡
しうり貝	宮城県沖	5k	k400円~	➡
ほたて貝柱	北海道	500g	p2,800円~	➡
赤貝	宮城県沖	90~80g/個	k3,000円~	➡
鮮魚課 ☎022-237-8323				
きんめだい	東京都沖	6k/5尾	k2,600円~	➡
きんき	北海道沖	3k/7~8尾	k4,500円~	➡
ひらめ	各地	2~3k/1入	k1,200円~	➡
養殖身欠ふぐ	長崎県	約1k/2入	k5,500円~	➡
どんこ	青森県沖	約6k/12~16尾	k700円~	➡
鮮まぐろ課 ☎022-237-8324				
本まぐろ	カナダ	————	お問い合わせ下さい	➡
めばちまぐろ	東沖	————	お問い合わせ下さい	➡

※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>
…p550~450円 濃厚な味わいが楽しめるバターソテーもオススメの食べ方!お好みでガーリック風味をプラスしても美味!

● **特種 はまぐり**
<千葉県沖産 5k/中サイズ>
…k2,000円~ 酒蒸し・スープ・パスタなど、旨味をたっぷり味わえるメニューがオススメ!

● **あわび**
<宮城県沖産 110~100g/個>
…k9,000円~

● **近海 真だい**
<宮城県沖産 1.5~2.0k/1尾>
…k1,500円~
お祝い事に欠かせない魚です。刺身や焼き物の他、鯛飯も子どもに人気のあるメニューです!

● **まぐろ 国産 本まぐろ**
<青森県・北海道沖産>
入荷は少な目ですが、品質は良くなっています!七五三のお祝いにぜひご利用下さい!