

● 今週のカレンダー

※気象データは2017年分

2月24日は「クロスカントリーの日」。1977年のこの日、正式に決められたルールに基づいた初めての大会がイギリスで開催された事を記念しています。

現在、平昌オリンピックが開催中のため、クロスカントリーと言えば雪山をスキーで走る競技を思い出すのでは…？しかし、クロスカントリーと言えば、長距離走で野山を駆ける陸上競技の事。雪の積もった野山をスキーで駆けるのは、正式にはクロスカントリースキーと呼ばれます。雪の有り無しはあれど、どちらも野山や草原などの整地されていないコースを走る競技のため、持久力や技術力が試されます。

スポーツ選手にとって、食事はとても大切！オリンピック出場中の選手の皆さんにも、美味しく栄養バランスの整った食事をしてもらいたいですね。

日付	曜日	六曜	行事・記念日	最高気温	最低気温	天気(風)
2/19	月	仏滅	プロレスの日	5.0	-1.0	☀
2/20	火	大安	歌舞伎の日 アレルギーマンスの日	6.6	-0.8	☁
2/21	水	赤口	休市 食糧管理法公布記念日	3.7	0.2	☁
2/22	木	先勝	食器洗い乾燥機の日 猫の日	6.7	-2.6	☀
2/23	金	友引	富士山の日 ふろしきの日	7.7	1.5	☁
2/24	土	先負	クロスカントリーの日 月光仮面登場の日	5.7	1.7	☀
2/25	日	仏滅	箱根用水貫通記念日	7.9	0.0	☀



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

2月も終盤！春はもうすぐ…！？

日中はいくぶん陽射しの暖かさを感じるても、朝晩の冷え込みはまだまだ冬を感じさせます。それでも、市場へは日を追うごとに春を感じさせてくれる魚介類が入荷中！

にしんややりいかは、比較的安定した入荷が続いています。やりいかは夕方に水揚げされた、鮮度の良いものもあります。また、早春と言えば海藻類も、3月を前に入荷が増えてきています。めかぶやふのりなどは、ぜひ熱々のお味噌汁で召し上がってみて下さい。白子・わかさぎ・めひかりなどの揚げ物に



オススメの商材も、安定入荷中です。3月になると、すぐにひな祭りがやってきます。魚卵類やサーモンなど、ちらし寿司商材も忘れずに整えておきましょう！

オススメ！ 揚げたてが美味！
真白子の天ぷら！

もうすぐ3月！
早春の食卓にはコレッ♪

- 刻み穴子 <渡倉 2k>…k2,000円～
- とびっこ <大栄フーズ 500g>…p1,100円～
- 鮭フレーク <道南冷蔵 180g>…@360円～
もうすぐひな祭り！ちらし寿司の準備にどうぞ！
- 味付いくら <北海道産 500g>…k10,000円～
例年に比べると、相場は高めで推移しています。
- すしっ子 <アイスランド産 500g>…p900円～
- とびっ子 <パルー・中国産 500g>…p1,400円～
プチプチした食感で、子どもにも人気の商材！
- トラウトフィッシュ <チリ産 トリム-C>…k1,550円～
刺身用商材です。サラダにもぴったり！
- 定塩ます <北海道産 8～10枚>…k780円～
- 定塩秋鮭 <北海道産 8～10枚>…k1,200円～
いつもの朝ご飯に！

● 今週の見通し (2月19日～2月25日)

商品名	産地	規格	予想価格	相場
■ 遠海課 ☎022-237-8320				
やりいか	青森県沖他	3.3k/約13入	k1,600～1,300円	➡
生かつお	千葉県沖他	4～9k/1尾	k800～500円	➡
本ます	北海道沖	約5k/4～5尾	k900～800円	➡
にしん	北海道沖	5k/約18尾	k500～400円	➡
貝ほっき	青森県沖他	11k/約55入	k500～400円	➡
■ 特種課 ☎022-237-8325				
ボイル荳わかめ	宮城県	3k	k300円～	➡
生わかめ	宮城県沖	3k	k300円～	➡
ふのり	宮城県沖	100g/パック	p200円～	➡
まつも	宮城県沖	100g/パック	p200円～	➡
■ 鮮魚課 ☎022-237-8323				
たらフィーレ	岩手県	5k/3～4枚	k900円～	➡
白魚パック	福島県他	200g/パック	k2,300円～	➡
真がれい	福島県沖他	3k/8～12入	k650円～	➡
わかさぎ	北海道	3k	k1,000円～	➡
なめたがれい	福島県沖	3k/5～8入	k1,000円～	➡
■ 鮮まぐろ課 ☎022-237-8324				
本まぐろ	長崎県沖他	—	お問い合わせ下さい	➡
インドまぐろ	インドネシア	—	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

真白子

<アラスカ産 1k/9入>
…k1,900～1,700円 サッと湯通しして氷水にとるという下処理を忘れずに！それだけで、鍋・陶板焼き・天ぷら・湯引き…、どんな料理も美味しさアップ！

● 特種

ボイルわかめ

<宮城県産 3k>…k550円～
生めかぶ
<宮城県産 3k>…k600円～
酢醤油やポン酢でそのまま食べてもよし！海藻サラダにしてもよし！

● 近海

めひかり

<茨城県産 4k>…k750円～
値段も手頃なので、オススメです！唐揚げで召し上がるのはいかがですか？

● まぐろ

めばちまぐろ

<和歌山・沖縄県産他>
身質の良いまぐろが入荷しています。