



● **今週のカレンダー**

※気象データは2017年分

7月7日は「冷やし中華の日」。暑さが本格化してくる小暑が7月7日になる事が多いためこの日に制定されましたが、確かに“冷やし中華ははじめました”という貼り紙をみると、夏になったなと感じる人も多いのではないのでしょうか。実際に“冷やし中華”は夏の季語にもなっています。

冷やし中華は、麺の上にハムや卵などのたんぱく質と、きゅうりやトマトなどの野菜がのっているの、栄養バランスが良い夏の食べ物と言えます。えび・ツナ・わかめなどのシーフードトッピングもオススメ！暑さで食欲のなくなる夏は、つるつるサッパリ食べられる冷やし中華で乗り切りましょう！

日付	曜日	六曜	行事・記念日	最高気温	最低気温	天気(国)
7/2	月	大安	半夏生 うどんの日	31.9	21.4	☀️
7/3	火	赤口	ソフトクリームの日	27.5	22.6	☁️
7/4	水	先勝	休市 梨の日	25.1	21.9	☁️
7/5	木	友引	農林水産省発足記念日	28.3	20.4	☀️
7/6	金	先負	記念日の日 サラダ記念日	29.2	19.6	☀️
7/7	土	仏滅	七夕 冷やし中華の日	30.6	20.4	☀️
7/8	日	大安	質屋の日	32.4	21.3	☀️



仙都魚類は、「食料王国みやぎ」を応援しています。

● **今週のおすすめ情報**

カレンダーは7月に入ります…！！

天気も良く、気温の高い日が続いています。涼味人気が高まりますので、刺身商材がイチオシ！調理の手間も省ける即食メニューですので、ぜひ旬の魚介類を刺身でお召し上がり下さい！全体的に市場への入荷は安定していますので、相場も落ち着いています。生かつお・まぐろ・すずきを中心に組み立ててはいかがでしょうか？

また、7月2日は半夏生。半夏生と言えば、たこ！こちらにも刺身の他、キムチ和えやネギ炒めなど色々な食べ方がありますので、ぜひお召し上がり下さい。たこわさびなど、手軽に食べられる珍味も揃っています。暑い夜にはビールのおともにオススメです！



オススメ！ 半夏生のおつまみに！
たこわさび！

7月2日は半夏生！
半夏生の食卓にはコレっ♪

- **塩紅子** <アメリカ産 1等>…k5,600円～
エア便入荷！シンプルなおにぎりはいかがですか？
- **明太マヨネーズ** <国内産 200ml>…p340円～
丸ごときゅうりにつけて食べたり、たこの刺身に付けて食べても美味しさアップ！
- **酢だこ** <北海道産 5k>…k2,800円～
- **酢だこ** <北海道産 1本足>…k3,000円～
相場は高騰中ですが、7月2日の「半夏生」にもオススメの商品です。
- **たこわさび** <大栄フーズ 1k>…k1,400円～
- **たこキムチ** <かね徳 1k>…k1,600円～
- **いかたこサラダ** <三幸 90g>…@170円～
半夏生にぴったりのタコを使った珍味3種です。ビールのおつまみにも最適！

● **今週の見通し (7月2日～7月8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	山形県沖他	20～30尾	箱3,500～2,800円	➡
いわし	北海道沖他	2k/13～16尾	k600～400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	5k/約7枚	k1,000～900円	➡
たらスキンレス	宮城県	3k/約10枚	k1,000～800円	➡
■ 特種課 ☎022-237-8325				
ホンビノス貝	千葉県沖	5k	k450円～	➡
つぶ貝	北海道沖	5k	k800円～	➡
さざえ	千葉県沖	5k	k1,300円～	➡
しじみ	宮城県沖	大サイズ	k1,300円～	➡
近海はまぐり	千葉県沖	5k	k2,000円～	➡
■ 鮮魚課 ☎022-237-8323				
天然 たい	山形県沖他	1～2尾	k1,100円～	➡
殻付うに	岩手県沖	21入	個380円～	➡
養殖 あゆ	愛知県	1k/9～12尾	k1,500円～	➡
すずき	千葉県沖他	2尾	k1,500円～	➡
■ 鮮まぐろ課 ☎022-237-8324				
天然 インドまぐろ	ニューージーランド・オーストラリア	—	お問い合わせ下さい	➡
めばちまぐろ	オーストラリア他	—	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**

生かつお

<宮城県沖産他 2～3k/1尾>
…k1,500～700円 暑い夏の時期には、ガーリックステーキ風の食べ方もいかがですか？

● **特種**

殻付うに(ワタ取り)

<宮城県産 15入>…個370円～
そのままでも充分にごちそう感が演出出来ます！

● **近海**

むきたこ

<北海道産 1k>…k2,000円～
半夏生に！刺身の他、洋風のサラダやカルパッチョもオススメの食べ方です。

岩かき

<山形県沖産他 50入>…個150円～
レモンをたっぷり搾って、そのままお召し上がり下さい！口いっぱいに広がる磯の香りと食感を楽しみましょう！

● **まぐろ**

本まぐろ

<三陸・境港産> 気温が上がってくると刺身の出番！刺身商材の目玉としてオススメします！