



● **今週のカレンダー**

※気象データは2018年分

あけましておめでとうございます。本年もどうぞ
よろしく願い申し上げます。

1月15日は「小正月」。他にも“女正月”や“花
正月”と呼ばれる事もあります。

この日の朝には、鏡開きのお餅をいれた小豆粥を
食べる風習があります。小豆の赤い色には邪気を祓
う力があるとされ、小豆粥はもともと五穀豊穡・子
孫繁栄・無病息災などを祈った農耕神事の1つとし
て食べられていました。

小豆粥は疲労回復力や体内を解毒する働きに優れ
ているので、何かと忙しい年末年始が終わったこの
時期にオススメのお粥かもしれません。

今年も楽しく元気に過ごしましょう！

| 日付 | 曜日 | 六曜 | 行事・記念日 | 最高気温 | 最低気温 | 天気(曇) |
|------|----|----|----------------|------|------|-------|
| 1/14 | 月 | 友引 | 成人の日 | 4.1 | -2.6 | |
| 1/15 | 火 | 先負 | 小正月 いちごの日 | 7.2 | -5.2 | |
| 1/16 | 水 | 仏滅 | 藪入り | 9.1 | 1.6 | |
| 1/17 | 木 | 大安 | 冬土用入 阪神淡路大震災の日 | 7.2 | 3.2 | |
| 1/18 | 金 | 赤口 | 振袖火事の日 | 12.2 | 0.8 | |
| 1/19 | 土 | 先勝 | のだ自慢の日 | 6.5 | 4.0 | |
| 1/20 | 日 | 友引 | 大寒 玉の輿の日 | 5.8 | -2.1 | |

● **今週のおすすめ情報**

成人式などのハレの行事にオススメは…！？

年が改まってから、寒さが厳しい日が続いています。寒い
日の食卓には、年末年始で疲れた体にも優しく、また比較的
お財布にも優しい鍋物がオススメ！どんな鍋にもあうたら類
を中心に、鍋具材を売り込みましょう！

また、かわいい類も順調に入荷が続いていますので、煮魚や
唐揚げでお召し上がり下さい。



今年の成人の日は1月14日にな
ります。お祝いの
刺身盛りには、本まぐろや若者に
人気のサーモンなどを盛り込んで
はいかがですか？彩りの良いほっ
き貝や、出世魚のぶりもオススメ
の刺身商材です。

オススメ！ 成人式のお祝いに！
鯛めし！

● **今週の見通し**

(1月14日~1月20日)

| 商品名 | 産地 | 規格 | 予想価格 | 相場 |
|------------------------------|--------|------------|---------------|----|
| ■ 遠海課 ☎022-237-8320 | | | | |
| 真白子 | 北海道他 | 3k | k4,500~2,500円 | ➡ |
| たらこ | 北海道他 | 3k・5k | k900~700円 | ➡ |
| 尾長まぐろフィーレ | 和歌山県他 | 7~8k | k1,200~1,000円 | ➡ |
| めかじきフィーレ | 宮城県他 | 3~5k | k3,000~1,500円 | ➡ |
| ぶり | 新潟県沖他 | 10k台/1尾 | k2,000~1,500円 | ➡ |
| ■ 特種課 ☎022-237-8325 | | | | |
| 近海はまぐり | 茨城県沖 | 5k | k2,000円~ | ➡ |
| 赤貝 | 中国 | 4k | k1,200円~ | ➡ |
| さざえ | 長崎県沖 | 5k | k1,200円~ | ➡ |
| あわび | 宮城県沖 | 100~130g/個 | k1,000円~ | ➡ |
| はまぐり | 中国 | 2k | k1,200円~ | ➡ |
| ■ 鮮魚課 ☎022-237-8323 | | | | |
| 真がれい | 宮城県沖産 | 3k/10~15入 | k600円~ | ↓ |
| 真子かれい | 宮城県沖産 | 3k/4入 | k800円~ | ↓ |
| 石かれい | 宮城県沖産 | 5k/3入 | k700円~ | ↓ |
| 赤なまこ | 神奈川県沖 | 5k | k1,800円~ | ↓ |
| ■ 鮮まぐろ課 ☎022-237-8324 | | | | |
| めばちまぐろ | 和歌山県沖他 | — | 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**

たらフィーレ

＜北海道産他 5k>…k1,100~900円
シチューの素を使ったお手軽クリーム
鍋とも相性抜群！旬の野菜と一緒に煮
込んで召し上がり！

● **特種**

貝ほっき

＜北海道産 5k/12入>…個330円~
刺身はもちろん、旨味たっぷりのほっ
き飯もオススメです。彩りも良いので、
ハレの日のご飯物にいかがですか？

● **近海**

身欠ふぐ

＜長崎県産 1.2k/2入>…k4,000円~
鍋や唐揚げなどの熱々メニューをオス
スメします。

あんこう肝

＜アメリカ産 1.0k>…1,500円~
蒸して食べるのが定番ですが、鍋やソ
テーで食べると違った美味しさが味わ
えます！

● **まぐろ**

天然 本まぐろ

＜青森県産他> 脂ののった良品が入
荷中です！ぜひ成人式のお祝いにお召
し上がり下さい！

仙都魚類は、「食材王国みやぎ」を応援しています。

今年もスタートです！

1月の食卓にはコレッ♪

- **塩助子** ● **明太子** <アメリカ産 並切>
…各k1,300円~ 年明けの食卓にはお財布に優しい
商品もおすすめです。
- **トラウトフィーレ** <チリ産 トリム-E>…k1,600円~
相場も下がり気味の今がチャンス！
- **生アトランフィーレ** <ノルウェー産>
(トリム-C)…k2,300円~ (トリム-E)…k2,600円~
刺身用！フレッシュならではの美味しさを味わって
ください。成人式にもオススメです。
- **ほっき貝サラダ** <三豊 1k>…k1,800円~
定番人気の商品！彩りも良いのでお祝いの席にも！
- **エビフライ** <エビコー 10尾>…p230円~
- **銀たらみりん** <三晃食品 100g/切>…切300円~
リーズナブルな価格も嬉しい！普段のおかずどうぞ。