



● **今週のカレンダー**

※気象データは2018年分

今年の春分の日は3月21日ですが、春分の日
「卯の日」でもあります。生命を宿す卵は生命が芽
生える春に相応しいとして、この日に決まりました。

ゆで卵・玉子焼き・オムレツ・親子丼・茶わん蒸し…色々なメニューに変身しながら食卓に並ぶ卵は
旬の感覚が薄い食材ですが、元々は2月～4月が旬！
冬から春にかけては産卵数が減り、卵が母鶏の中で
時間をかけて成熟されて栄養価が高くなるためと言
われています。ちょうど旬の頃である春の彼岸過ぎ
に若草を食べた若鶏が産んだ卵は“草卵”とも名付
けられています。

卵は魚介類とも相性が良く、白魚の卵とじなどは
今の季節にぴったり！「卯の日」には、旬の卵と旬
の魚と一緒に味わってみませんか？

日付	曜日	六曜	行事・記念日	最高気温	最低気温	天気(圖)
3/18	月	先勝	春の彼岸入	11.1	-1.2	
3/19	火	友引	カメラ発明記念日	15.7	5.4	
3/20	水	先負	電卓の日 上野動物園開園記念日	9.6	2.8	
3/21	木	仏滅	春分の日 卯の日	4.4	0.4	
3/22	金	大安	放送記念日 世界水の日	8.1	1.9	
3/23	土	赤口	世界気象デー	12.2	4.0	
3/24	日	先勝	春の彼岸明 マネキン記念日	13.4	1.5	



仙都魚類(株)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**

暑さ寒さも彼岸まで、と言いますが…??

嵐のような風が吹いたり雪が舞ったり、まだ冬の名残が感じら
れるものの、ニュースでは桜前線の話も聞かれるようになりま
した。市場への入荷も、春の旬魚が主力となっています。

生かつお・ほたるいか・やりいか・かれい類などは順調な入荷
が続き、人気も高い商材です。また、赤めばる・さわら・白魚な
ども春を感じさせてくれる海の幸！菜の花などの旬の野菜を付け
合せに、刺身・焼き魚・煮魚でお召し上がり下さい。



また、今は卒業シーズンでもあり
ます。ご家庭でのお祝い事には、い
くらやサーモンを使ったちらし寿司
や手巻き寿司もオススメです！

オススメ! 軽めに焼くのがコツ!
ほたるいかの串焼き!

3月も終盤になります…!

春の食卓にはコレッ♪

- 味付いくら <北海道産 500g>…k7,200円～
- 味付鱒いくら <アメリカ産 250g>…k4,500円～
- 寿司っ子 <アイスランド産 500g>…@950円～
卒業・入学・新生活などのお祝いごとに!
- トラウトトリム-C <アメリカ産>…k2,400円～
- アトラントリム-C <ノルウェー産>…k3,000円～
冷凍していないフレッシュならではの美味しさ!
刺身がオススメです!
- 冷凍トラウトトリムC <チリ産>…k1,700円～
春らしいサラダやサンドイッチのトッピングに!
- 子持ちししゃもフライ ●いかの磯辺天ぷら
- あじフリッター <ワルドフーズ 各1kg>
…各k850円～ 油調済みの便利なお惣菜3品!
いつものおかずはもちろん、お弁当にもオススメ!

● **今週の見通し**

(3月18日～3月24日)

商品名	産地	規格	予想価格	相場
■遠海課 ☎022-237-8320				
尾長まぐろフィーレ	和歌山県他	7～8k	k1,500～1,200円	➡
ほたて稚貝	青森県沖	約3k	箱1,200～1,000円	➡
たらスキンス	岩手県他	3k/8～15枚	k900～700円	➡
ポイルほたるいか	兵庫県	5合	枚700～500円	➡
やりいか	千葉県沖他	3k/8～15入	k2,000円～	➡
■特種課 ☎022-237-8325				
近海はまぐり	茨城県沖	5k	k1,800円～	➡
さざえ	韓国	5k	k1,000円～	➡
ホンビノス	千葉県沖	5k	k400円～	➡
つぶ貝(おき)	北海道沖	5k	k1,000円～	➡
養殖 あわび	韓国	100～110g/個	k6,500円～	➡
■鮮魚課 ☎022-237-8323				
赤めばる	青森県沖他	3.3k/15尾	k1,300円～	➡
白魚	福島県沖他	200gパック/20入	k3,000円～	➡
せいご	千葉県沖	5k/4尾	k600円～	➡
さわら	各地	3～4k/1尾	k1,800円～	➡
■鮮まぐろ課 ☎022-237-8324				
天然 本まぐろ	長崎県沖他	—	お問い合わせ下さい	➡
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**

生かつお

<千葉県沖産他 約7k/1尾>
…k800～400円 生姜や大根おろし
など、たっぷりの薬味と一緒に刺身で
お召し上がり下さい!

● **特種**

ポイルほたて

<青森県産 500g>…袋700円～
旬の春野菜と一緒に炒め物はいかがで
すか?ほたての旨みもしっかり味わえ
る薄味がオススメ!

● **近海**

きんき

<岩手県沖産 3k/7～10尾>
…k3,500円～ 産卵前の春は脂がの
って美味しい時期! シンプルな塩焼きで
どうぞ!

やりいか

<各地 3k/10～15入>…k2,000円～
刺身はもちろん、ゲソやエンペラは天
ぷらにいかがですか?

● **まぐろ**

天然 インドまぐろ

<ニュージーランド産他> 今年は大
スタートから品質が良く、オススメのま
ぐろです!