

● **今週のカレンダー**

※気象データは2018年分

なぜ9月18日が「かいわれ大根の日」かというところ、9月にはかいわれ大根の日を決める会合が行われた月であり、18日は8の下に1でかいわれ大根の形になる事が由来となっています。

かいわれ大根はあまり主役として扱われる事のない食材で、見た目も細くて栄養が含まれていないように思われがちですが、実はビタミンも多く含まれ、ナイアシン・葉酸・ピオチンなども含んでいる栄養満点な食材です。また、ピリッとした辛味の成分であるイソチオシアネートは、がん予防や生活習慣病予防・老化防止・食欲不振の改善・動脈硬化の防止などに効果があるとされています。

かいわれ大根は誰でも手軽に栽培する事も出来ます。この機会にかいわれ大根を育ててみませんか？

日付	曜日	六曜	行事・記念日	最高気温	最低気温	天気(国)
9/16	月	赤口	敬老の日	25.2	21.1	曇
9/17	火	先勝	モノレール開業記念日	27.0	19.8	曇
9/18	水	友引	かいわれ大根の日	28.0	19.9	曇
9/19	木	先負	苗字の日	26.0	16.2	曇
9/20	金	仏滅	秋の彼岸入 空の日	26.5	16.4	晴
9/21	土	大安	国際平和デー ファッションショーの日	23.1	16.0	曇
9/22	日	赤口	国際ビーチクリーンアップデー	19.8	15.8	雨



仙都魚類(株)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**

● **敬老の日などのイベントに…！！**

暑さ寒さも彼岸まで…。ようやく朝晩は秋らしい気温や風が吹くようになりました。風邪をひきやすくもなりますので、体調管理には充分気を付けましょう。

今年は9月16日が「敬老の日」です。お年寄りに対する行事というよりは、秋のイベントの1つとしてごちそうを用意してはいかがでしょうか。旬のはらこ飯なども、おすすめメニューです。また、今年は北海道産のたらフィーレが例年よりも早くスタートしています。たらフライやシチューも人気のレシピ！



今年は9月19日に塩釜・ひがしものの販売開始式があります。季節限定のめばちまぐろをお召し上がり下さい！

オススメ! 「敬老の日」に！
手巻き寿司！

9月16日は「敬老の日」！
お祝いの食卓にはコレッ♪

- **醤油いくら** <北海道産 500g>…k7,000円～
- **新物 紅子** <アメリカ産 5k>…k3,600円～
船便です。相場も安定してきました。
- **醤油マスイクラ** <アメリカ産 250g>
…k4,500円～ ごちそうやおもてなし料理の彩りに！
- **定塩紅鮭** <ロシア産 中辛>…k1,500円～
- **定塩紅鮭** <ロシア産 甘口>…k1,400円～
大葉と白ごまを混ぜた鮭ご飯はいかがですか？
ひと手間で美味しい変わりご飯の出来上がり！
- **銀たら味噌漬** <ヒットエスフーズ 120g>
…@200円～ お彼岸にもオススメ！酒の肴にも！
- **ととソー** <極洋 1k(80個以上)>…k700円～
極洋の魚肉ソーセージ！
- **オーシャンキング** <極洋 1k>…k600円～

● **今週の見通し (9月16日～9月22日)**

商品名	産地	規格	予想価格	相場
■ 遠海課 ☎022-237-8320				
たらフィーレ	北海道	5k/4～7枚	k1,000～800円	➡
はらこ	北海道	3k	k4,500～3,500円	➡
わらさ	北海道沖他	約14k/3尾	k450～350円	➡
生かつお	宮城県沖他	3k/1尾	k1,000～600円	➡
ごまさば	宮城県沖他	5～10尾	箱2,500～1,200円	➡
■ 特種課 ☎022-237-8325				
さざえ	千葉県沖	5k	k1,600円～	➡
ホンピノス	千葉県沖	5k	k400円～	➡
近海はまぐり	千葉県沖	5k	k1,800円～	➡
ボイルほたて	青森県	500g	k1,400円～	➡
串ほたて	青森県	3玉/串	本130円～	➡
■ 鮮魚課 ☎022-237-8323				
きんき	岩手県沖	3k/6～10尾	k3,500円～	➡
真だい	各地	1.5～3.0k/1尾	k1,500円～	➡
はらこ	北海道	3k	k4,800円～	➡
さけフィーレ	北海道	5k/5～7枚	k1,200円～	➡
■ 鮮まぐろ課 ☎022-237-8324				
天然 本まぐろ	青森県沖他	—	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**

● **生さんま**

<北海道沖産 4k/28～36尾>
…k2,000～1,000円 まだ小型が主流ですが、秋を代表する魚として見逃せません。

● **特種**

● **冷凍 いわしすりみ**

<宮城県産他 5k>…k700円～
お彼岸に、いわしのつみれ汁などはいかがですか？

● **鮮魚**

● **真がれい**

<福島県沖産 3k/10～12入>
…k700円～ 煮魚の人気が出てくる季節になりました。小さいサイズは唐揚げに！

● **秋さけ(オス)**

<北海道沖産 3k/1尾>…k900円～
オススメはホイル焼き！旬のきのこと一緒に蒸し焼きが定番です。

● **まぐろ**

● **めばちまぐろ**

<塩釜沖産他> 今年も「ひがしもの」の入荷・販売が始まります！