



● **今週のカレンダー**

※気象データは2019年分

「こ(5)んにゃ(2)く(9)」の語呂合わせと、種芋の植え付けが5月に行われる事から、5月29日は「こんにゃくの日」に制定されています。

実は、海外ではこんにゃくを食べる事がほとんどなく、なんと生産されたこんにゃくの約95%が日本で消費されると言われていますが、現在ではヘルシーでダイエットにも良いと言われる事から、糸こんにゃくをパスタの代わりにしたり、板こんにゃくをステーキのようにしたり、欧米の食にも取り入れられるようになってきました。

板こんにゃく・玉こんにゃく・つきこんにゃく・刺身こんにゃく・糸こんにゃく・粒こんにゃく…色々な種類と特徴があります。「こんにゃくの日」には、どのこんにゃくを食べてみますか？

日付	曜日	六曜	行事・記念日	最高気温	最低気温	天気(国)
5/25	月	赤口	食堂車出発の日	26.6	14.9	☀️
5/26	火	先勝	東名高速道路全通記念日	31.2	16.9	☁️
5/27	水	友引	休市 小松菜の日 百人一首の日	32.1	19.4	☀️
5/28	木	先負	ゴルフ記念日	27.9	18.1	☁️
5/29	金	仏滅	こんにゃくの日 呉服の日	24.3	14.6	☀️
5/30	土	大安	掃除機の日 ゴミゼロの日	25.3	12.1	☀️
5/31	日	赤口	郵政省設置記念日 世界禁煙デー	24.7	15.4	☁️



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**

5月の最終週になります…！！

毎年、5月末～6月上旬になると、航空便での新物紅子搬入のニュースが話題になりますが、今年はアラスカで生産された新物塩紅子はほとんど無く、入荷は未定となっています。塩紅子の生産は、減産見込みとなっていますが、解凍物の塩紅子を代替品としてオススメしていますので、こちらもぜひご検討下さい！

この時期に改めてオススメしたい魚介類は、養殖銀さけ・



いわし・たなご(うみたなご)・ほや・旋網本まぐろなどになります。刺身の他に、揚げ物や煮魚にしても美味しい魚介類です。旬の美味しさお召し上がり下さい！

**オススメ!** おうちランチにも!  
養殖銀鮭&アボカド丼!

気温も少しずつ上昇中!

初夏の食卓にはコレッ♪

- **紅鮭ハラス** <アメリカ産 500g/10×2>  
…k1,200円～ ジューシーな脂ノリが絶品の美味しさ!
- **新物 夕マス** <北海道産 7.5k>…箱5,500円～  
身が柔らかく、美味しい新物です!
- **塩紅子(解凍)** <アメリカ産 1等/1k>…k3,200円～
- **塩紅子(解凍)** <アメリカ産 切り/2k>…k2,800円～
- **塩紅子(解凍)** <アメリカ産 ソフト/2k>…k2,600円～  
新物紅子の代替品として、解凍紅子をご利用下さい!
- **秋鮭フライ** <北海道ぎよれん 500g/10切>  
…p800円～
- **白身魚フライ(助宗たら)**  
<北海道ぎよれん 900g/30切>…p1,020～
- **真ほっけフライ** <北海道ぎよれん 850g/10枚>  
…p980円～ 北海道産の原料を使ったオススメのフライ3種! お弁当のおかずにも使いやすいサイズです!

● **今週の見通し**

(5月25日～5月31日)

● **お買得情報**

商品名	産地	規格	予想価格	相場
■ 遠海課 ☎022-237-8320				
するめいか	福井県沖他	バラ	箱4,500～4,000円	➡
生かつお	千葉県沖他	2～7k/1尾	k1,800～600円	➡
きめじ	千葉県沖他	約10k/3尾	k600～400円	➡
養殖 銀さけフィーレ	宮城県	5k/約9枚	k1,000～900円	➡
養殖 銀さけ	宮城県	約4k/2尾	k850～750円	➡
■ 特殊近海1課 ☎022-237-8325				
開穴子	福島県(いわき)沖	3k/15～18入	k1,800円～	➡
白魚	青森県沖	200g/パック	p600円～	➡
ボイルしゃこえび	宮城県(石巻)	3k(オス・メス込)	k2,500円～	➡
赤いか	東京都(神津島)沖	5k/13入～	k1,800円～	➡
■ 特殊近海2課 ☎022-237-8323				
舌切り	三重県	70g	p300円～	➡
小柱	三重県	130g	p400円～	➡
殻付とり貝	千葉県	5k	k1,500円～	➡
ホンピノス	千葉県沖	5k	k500円～	➡
近海はまぐり	千葉県沖	5k	k1,500円～	➡
■ まぐろ課 ☎022-237-8324				
インドまぐろ	ニュージーランド	————	お問い合わせ下さい	➡
めばちまぐろ	沖縄県沖他	————	お問い合わせ下さい	➡

※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**

いわし

<千葉県沖産他 4k/約38尾>  
…箱1,500～1,200円 いわしの梅しそフライなどは、これからの時期にオススメのレシピです!

● **特近1**

たなご

<青森県沖産 大サイズ>…k400円～  
刺身・なめろう・煮付・フライ・塩焼き…どんな食べ方でも美味しく食べられる魚です! 相場が落ち着いている今がチャンス!

● **特近2**

殻付 ほや

<宮城県産 3k>…個130円～  
電子レンジで! フライパンで! トースターで! 魚焼グリルで! 簡単に壺焼きが作れます! 味付けはシンプルに醤油と酒で!

● **まぐろ**

天然 本まぐろ

<塩釜沖産他> 宮城県・塩釜港水揚げの旋網本まぐろの入荷も始まっています!