

2013年11月カレンダー

安全・安心こだわり食材のお店

生活クラブ 東寺尾テポ-

横浜市鶴見区東寺尾 1-30-22 エミグラント1F
TEL 045-582-5727 FAX 045-582-5827

オープン AM10:30~PM7:00

(日曜日休み)

加入者説明会	11/7(木)、/16(土)、/25(月) 10:00~		
折り込みワーク	11/15(金)	運営委員会	11/28
		消費委員会	11/20
集金票配布	11/17(月)~23(土)	共済委員会	
口座引落日	11/26(火)	ワーク委員会	未定
ワーク曜日	11/6(水)		
情報ワーク集会	11/1(金)13:00~14:00、/2(土)10:00~11:00		

月	火	水	木	金	土	日
鶏肉 オルタワースのパン テニッシュハウスのパン お惣菜の日	鮮魚の日 フナ森のパン おでん種バラ	鶏肉 テニッシュハウスのパン	鮮魚の日 鶏肉 オルタワースのパン お刺身湯葉 お惣菜の日	生クリーム 豆乳 フナ森のパン	鮮魚の日 あるれのパン(月1回) 鶏肉	
11月のおすすパン：ライ麦食パン10%引			新しい展示会 業者です	1 にぎり寿司 第一物産のキムチ ウインターチョコレート	2 ほうきね牛 マグロ カンパチ NEWおから豆乳クッキー	3 お休み
11月はパンキャンペーン				展示会 バックのマルショー	11/2(土) 季節品締切	
11月おすすめ化粧品：フィットラント保湿クリーム10%引				食べる千カラキャンペーン：鶏(ムネ肉・手羽先・レバー・砂肝)・クリームチーズ		
11月はアヒキホークウインター増量で価格そのまま!				食べる千カラキャンペーン：鶏(ムネ肉・手羽先・レバー・砂肝)・クリームチーズ		
4 豚肩ロース味噌漬 紅鮭ほぐし NEWやわらかチキンメンチカツ	5 みそ量り売り キスのり 配達キャリー便	6 鶏卵5%引	7 黒豚 丸鶏 ドライフーズの生産者 「天野実業」来所 10:30~13:00 配達キャリー便	8 食欲の秋フェア		10 オープンします 酒類5%引
展示会 フェアトレートの第3世界ショー			クリスマス正月用品予約試食会・申込受付			
食べる千カラキャンペーン：牛(モモ切落し・バラ薄切り・リブロース薄切り・挽肉)・飲むヨーグルト						
ご飯のおかず旨いものウィーク・浜食漬物キャンペーン11/4(月)~11/17(日)						
11	12 フルーツ5%引 配達キャリー便	13 鶏卵5%引	14 九州練物 配達キャリー便	15 みかん(愛媛産)	16 マグロ 豊後アジ・カンパチ	17 オープンします
展示会 日光陶器			クリスマス正月用品予約試食会・申込受付			
食べる千カラキャンペーン：豚(モモブロック・ロースカツ用・挽肉)・プレーンヨーグルト						
ご飯のおかず旨いものウィーク・浜食漬物キャンペーン11/4(月)~11/17(日)						
18	19 フルーツ5%引 カツオ・生メガシキ 配達キャリー便	20 鶏卵5%引 にぎり寿司	21 丸鶏 第一物産のキムチ 配達キャリー便	22 東寺尾テポ- 24th お誕生日まつり		24
展示会 ニューバック シバタ			丸鶏			
食べる千カラキャンペーン：牛(バラ薄切り・リブロース薄切り・肩ロース切落し・挽肉)・クリームチーズヨーグルト						
11/23(土) 季節品締切						
25 弁当用厚切りハム りんごシナ/ゴールド「早生ふじ」入荷	26 フルーツ5%引 おでん種バラ カツオ・秋鮭 配達キャリー便	27 鶏卵5%引 紅鮭5切 1250円	28 やきとじセット(味付) 配達キャリー便	29 牛ステーキ エッコロ講座 「骨盤ピラティス」講座 10:00~12:00	30 マグロお買い得 展示会 地球の木	
展示会 婦人服のフェアレ			食べる千カラキャンペーン：鶏(モモ肉・手羽先・レバー・砂肝)・飲むヨーグルト			

鶏肉の生産者
「秋川牧園」来所
10:30~14:00

掲載内容・入荷日など、都合により変更する場合があります。

キャンペーン 10/7(月)~12/7(土)
食の安全が脅かされる昨今いつまでも私たちが食べたい食品を作り続けていけるようにキャンペーンを実施中です。
週毎に対象品目が10~20%プライスタウン!また「カンタン!早い!旨い!」の試食やレシピ用意していますので
お友達とお誘いの上、いらして下さい。

11月デポーのお総菜

《原材料・安全性・手作り》に

トコトンこだわったデポーのお惣菜



毎週(月)(木)11:30頃
東寺尾デポーに
届きます!

11/4 (月)	11/7 (木)
<ul style="list-style-type: none"> 枝豆コロッケ お弁当 峠の釜めし 高野入り煮物 ミートコロッケ(2個) 麻婆春雨 かぼちゃサラダ 稲荷寿司(2個) マカロニサラダ 串つくね(2本) 	<ul style="list-style-type: none"> 鶏ごぼうコロッケ お弁当 炊き込みご飯 焼売 肉じゃがコロッケ(2個) 切り干し大根とひじきの煮物 五色サラダなます 天むすび(2個) 五目ひじき 中華風プルプルサラダ
11/11 (月)	11/14 (木)
<ul style="list-style-type: none"> サーモンコロッケ お弁当 北海飯 白身魚と春雨の辛味煮 五目豆 刻み昆布と野菜の煮物 うの花サラダ グラタン(ミートソース) 田舎風煮物 コールスロー 	<ul style="list-style-type: none"> ヘルシーメンチカツ お弁当 ピビンバ 煮込みハンバーグ いかとひじきのマリネ コロコロ野菜のきんぴら フレッシュポテトサラダ グラタン(シーフード) はす入りきんぴら 根菜の胡麻酢和え
11/18 (月)	11/21 (木)
<ul style="list-style-type: none"> 山の幸コロッケ お弁当 ソース焼きそば 春巻き(3本) なますサラダ 塩こうじからあげ れんこん五色サラダ 鶏釜飯 白滝と野菜の炒め煮 大学芋 	<ul style="list-style-type: none"> きのこクリームコロッケ お弁当 根菜と豚の甘らみ辛丼 鶏と野菜のピリ辛炒め 高野豆腐のオランダ煮 みそカツ 和風ポテトサラダ マカロニグラタン けんちん揚げ 大根ツナサラダ
11/25 (月)	11/28 (木)
<ul style="list-style-type: none"> 鶏と茄子のレモンソース お弁当 そばろご飯 高野入り煮物 キャベツコロッケ(2個) 本格チャプチェ いかのマリネ 野菜あんかけ焼きそば ポテトサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> きのこコロッケ お弁当 韓国風海苔巻 鶏の野菜衣揚げ ミートコロッケ(2個) 根菜のごま酢和え マカロニサラダ 親子丼 十目ひじき 牛蒡と蓮のサラダ



お弁当ほかの予約を受付けています。

ロスを減らすためにも 是非予約して下さい。

*都合により入荷品目が変わることがあります。

東寺尾デポー ☎ : 582-5727

