

クリスマス/お正月用品はテポ- でね。申込み切は19(日)です。







生活クラブ横浜みなみ生協

東戸塚テポ-

Open:10:30~19:00

横浜市戸塚区品濃町 511-3

TEL 045-825-8571 / FAX045-825-8573

あるれのパン	鮮魚の日 オルタフーズのパン	鮮魚の日 むぎやのパン	鮮魚の日 むぎやのパン	テニツシュハウス	鮮魚の日 オルタフーズのパン	むぎやのパン	
月	火	水	木	金	土	日	
<p>冬ギフト申込み受付中。 全国宅配品切 11/4(土) 組合員受取品切 11/7(火)</p> <p>☆新規加入者説明会 9(木) AM10:30~11:00 12(日)/26(日)/30(木) AM11:00~12:00</p>		1 お休み	2 お魚ワンコインの日 白身魚いろいろ たら、秋鮭 酢豚/カレー用、 豚しゃぶ用量売り	3 青果週末特売 干物の日 奥和のサバ 	4 土曜朝市 ほうきね牛 まぐろフェア 20%引 刺身、カキ、ブリ 惣菜ミニフェア ピオサボ弁当	5 ポイント2倍 寿司の日 AM入荷 刺し盛、紅鮭 	
<p>☆まるごと遊佐フェア (週末青果特売) みかん、柿、ラフランス、庄内柿、レインボーキウイ</p>							
6 月曜日はフレッシュター パンの樹あるれの日 干物の日、小魚お得 しらすとちりめん 明太子 鶏肉量り売り	7 旬の魚 プリとサバ 豚ブロック・トントロ 量り売り オルタのダブルベリー テニツシュ 5%引き 地場野菜セット受取日 青果火曜夕市 16時~	8 お休み	9 お魚ワンコインの日 カキとさわら 黒豚	10 青果週末特売 泰山漬魚の日 明太子でごはん 牛バラ焼肉用、 牛モモブロック量売り ステーキ 地場野菜セット受取日	11 土曜朝市 週末の魚、刺盛、タイ、 ぶり、たら、鮪、かき ピヤベースおすすめ ステーキ	12 ポイント2倍 寿司の日 AM入荷 紅鮭、刺し盛 	
<p>クリスマス・正月用品予約用紙提出日</p>							
<p>☆ご飯が旨いウィーク カジノヤの納豆5種・浜食の漬物5種 10%引き ☆雄武産はたて貝柱・活メルイベ 5%引き (週末青果特売) 富有柿、高徳りんご、王林、シナノスイート、南水梨、かりん、にっこり梨、富士柿、みかん</p>							
13 月曜日はフレッシュター 紅鮭大型パックお得 パンの樹あるれの日 ローストビーフ用 牛モモブロック New 仕上げはバジル でアヒージョキット	14 旬の魚市 秋さば、たら、鮭 トンカツ用、豚中挽肉 量り売り 地場野菜セット受取日 青果火曜夕市 16時~ 	15 お休み	16 お魚ワンコインの日 イワシ、サワラ カジキ 骨付きモモハム テポ-でカット ポジョレ-ヌ-ポ-	17 青果週末特売 地場野菜セット受取日 干物の日 奥和のホツケ	18 土曜朝市 ほうきね牛 週末の魚、刺盛 まぐろブリ、カキ、たら 鍋セット 	19 ポイント2倍 寿司の日 AM入荷 人気冷凍食品 5品目が10%引き 300円以上の惣菜に クーポン付きます。 惣菜ピオサボ弁当 クリ正予約締切日	
<p>クリスマス・正月用品予約用紙提出日</p>							
<p>☆13(月)~17(金) 栃木開拓牛全品 5%引き ☆13(月)~19(日) ミニ伊達巻 5%引き ☆17(金)~19(日) 漬魚全品 5%引き (週末青果特売) 赤ねぎ、赤唐辛子、ポットベラ、ぎんなん、ふじ、みかん、金星、スーパーラフ、夢の恵み</p>							
20 月曜日はフレッシュター パンの樹あるれの日 クリスマスカレンダー菓子 漬魚 & 小魚の日	21 旬の魚市 プリ、サバ スペアリブ・トントロ 量り売り オルタのパン3種5%引 青果火曜夕市 16時~	22 お休み	23 お魚ワンコインの日 平牧金華豚 惣菜「今日はコレ!!」 展示会 天然石の Mayo-Mayo	24 青果週末特売 牛小間・スネブロック 量売り 干物の日 サバ、ホツケ	25 土曜朝市 牛肉オーダーカット ヒレ・リブロース まぐろお得市 20%引き 真鯛、ブリ、カキ、たら 鯛用魚 テニツシュハウスのパン	26 ポイント2倍 寿司の日 AM入荷 刺身盛合せ、紅鮭 あんず薬局健康相談 10:30~13:00	
<p>☆パンまつりウィーク 日果工のジャム3種、ピーナツクリーム、はちみつ大びん入り他2種 5%引き ☆秋のパンキャンペーン第1弾 オルタフーズのパンおすすめ ☆泰山の辛子明太子 5%引き (週末青果特売) ふじ、ルレクチェ、王林、風みかん、姫の匠、とちおとめ、シクラメン</p>							
27 月曜日はフレッシュター パンの樹あるれの日 しらす & ちりめん 鶏肉量り売り 賢い主婦の節約 10:30~12:00	28 旬の魚市 プリとたら 豚小間/挽肉量り売り 地場野菜セット受取日 青果火曜夕市 16時~	29 お休み	30 お魚ワンコインの日 秋鮭とサバ 	<p>★毎週火曜オルタフーズ白神酵母食パン 10%引き ★テニツシュハウスおすすめパン: イギリスパン 10%引き ★毎週土曜/日曜は焼きそば麺5%引き。毎週日曜は卵が5%引き。 ★健康補助食品キャンペーン: E-san10%引き ★季節品の申込み切は毎週火曜日です。</p>			
<p>☆国産100%なたね油おすすめ 105円引き</p>				<p>展示会 婦人服のフェアレ</p>			
<p>日程/品目は変更になることがあります。</p>							

惣菜メニュー予定表

企業組合 ワークスコレクティブ

惣菜 にんじん

10:30~19:00

横浜市戸塚区品濃町511-3

TEL 045-826-4974(惣菜直通)

11月 2017

日	月	火	水	木	金	土
			1 お休み	2 コロッケ つくねカツ 野菜衣揚げ 大豆ひじき煮 和風サラダゴマドレ 五目炊き込みご飯	3 コロッケ ささ身カツ 五色揚げ出し 野菜煮 ひじきサラダ 寿司	4 ミニ惣菜フェア 肉じゃがコロッケ メンチ ささ身キャベツ春巻き 高野オランダ煮 白和え 寿司
5 コロッケ 鶏むね塩麹唐揚げ えのきどっさりつくね 根菜煮 中華サラダ 寿司	6 コロッケ スパイシーチキン 鮭大葉フライ みついし昆布煮 ごぼうサラダ 寿司	7 コロッケ ささ身ごまフライ 飛龍頭 コロコロきんぴら ビーンズサラダ 鶏そぼろ丼	8 お休み	9 コロッケ ホットチキンカツ 野菜春巻き 切干大根ひじき煮 蒸鶏と野菜のマリネ 寿司	10 コロッケ 味付きチキンカツ 餃子 三色きんぴら 山芋もずくサラダ 秋刀魚蒲焼丼	11 きのこコロッケ 鶏串カツ 酢豚 印籠豆腐 和野菜ひじきサラダ 寿司
12 コロッケ ささ身カツ 魚の香味天 五目ひじき煮 水菜とごぼうのサラダ 寿司	13 コロッケ チーズチキンカツ 野菜衣揚げ 五目酢炒め煮 鶏と枝豆ひじきサラダ チキン南蛮丼	14 コロッケ ソフトカツ ハンバーグ 筑前煮 南瓜サラダ 寿司	15 お休み	16 コロッケ スパイシーチキン 餃子 高野豆腐友禅炊き 白和え チキンソースカツ丼	17 コロッケ 梅シソチキンカツ 蓮根サンド揚げ煮 五目切干大根煮 大豆ひじき煮 寿司	18 ひじきコロッケ ささ身チーズカツ 信田巻き 肉団子甘辛 蒸鶏と野菜のマリネ 寿司
19 コロッケ メンチ 中華風鶏ピリ辛 野菜煮 ビーンズサラダ 鶏そぼろ丼	20 コロッケ ホットチキンカツ 餃子 繊維たっぷり五目煮 卵と春雨の和え物 寿司	21 コロッケ さんま梅シソフライ 野菜春巻き 切干きんぴら ごぼうサラダ 焼肉丼	22 お休み	23 今日これ!! コロッケ ささ身カツ チキンミートローフ 根菜煮 ひじきと豆のサラダ 寿司	24 コロッケ 鮭大葉フライ ハンバーグ 茎わかめ炒め煮 七色中華サラダ 鶏ごぼうご飯	25 クリームコロッケ スパイシーチキン しゅうまい 高野炊き合わせ たたきごぼうのサラダ 寿司
26 コロッケ 味付きチキン 餃子 大豆ひじき煮 山芋もずくサラダ 寿司	27 コロッケ つくねカツ 飛龍頭 コロコロきんぴら 和風サラダゴマドレ オムライス	28 コロッケ チーズチキンカツ 揚げワンタン 五目酢炒め煮 鶏と枝豆ひじきサラダ 寿司	29 お休み	30 コロッケ 鶏串カツ 野菜春巻き 松風焼き 木耳中華サラダ 秋刀魚蒲焼丼		

【11月の予定】

* 11月4日(土)は、「ミニ惣菜フェア」です。

BioSabo弁当も出ます。

* 11月19日(日)は、300円以上の惣菜に
クーポン券が付きます。

「BioSabo弁当」も出ます。

* 11月23日(木)は、「今日はこれ!!」です

お楽しみに!!

テポーの「お惣菜」は

* 「惣菜にんじん」のワークスが全部手作りしています。

* 生活クラブ基準に則って、生活クラブの消費材を中心に
食材を選定しています。

* 化学調味料・添加物は一切使用していません。

* 材料の都合により、メニューに変更がある場合もあります。

注：魚料理には骨がある場合がございます。

お気をつけてお召し上がりください。