



2020年

9月の日程表

閉所時間は **18:30** です。
来所時は、マスクの着用を
お願いします。

生活クラブ横浜みなみ生協

東戸塚デポー

OPEN:10:30~18:30
横浜市戸塚区品濃町 511-3
TEL 045-825-8571
FAX 045-825-8573

※ キャンペーン企画は変更となる可能性があります。

★★★ 今月の展示会予定 ★★★ ※一部中止となる可能性があります。

| | |
|-----------------------------------|-----------------------------------|
| 4(金),5(土)..... ニューバッグシバタ(靴・小物) | 18(金),19(土)..... 日光陶器 |
| 6(日),7(月)..... センプレ(婦人服・手作り小物) | 21(月),22(火)..... プーパン(子供服・婦人服) |
| 10(木),11(金) ... 東京真珠(真珠・宝石) | 24(木),25(金)..... ファーレ(婦人服) |
| 14(月),15(火) ... アイメイト(鯖江産メガネフレーム) | 29(火) 10:30-13:00 ... RHS(こだわり家電) |

日程・品目は変更になることがあります

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|--|---|---------------|---|------------------------------|--|--|
| あこべる | 鮮魚の日 オルタフーズ | | 鮮魚の日 MUGIYA | デンニッシュハウス | 鮮魚の日 あこべる | MUGIYA |
| | 1 火曜夕市 15:30~18:30 豚小間・ひき肉 量り売り 朝から魚はお得市 戻りカツオ | 2 お休み | 3 お魚ワンコインの日 スルメイカ・イワシ 青大豆寄せ豆腐 | 4 青果週末特売 泰山漬魚・明太子 | 5 ほうきね牛 週末の魚 まぐろ・平目・鯛・サンマ 刺身盛合 国産小麦食パン3枚入 10%引 | 6 ポイント2倍 寿司の日 紅鮭お得 |
| ★サステイナブルな食:食酢 ⇒5%引 | | | | | | |
| ★お弁当の季節: バリ旨ポークウィンナー ⇒5%引 ★北海道フェア: 4種の北海道シーフードミックス、たらこ(ばらこ) ⇒5%引 | | | | | | |
| 7 奥和の干物 サバ・ホッケ チーズお得の日 黒ゴマ寄せ豆腐 | 8 火曜夕市 15:30~18:30 豚ブロック・トントロ 量り売り 朝から魚はお得市 サンマ・アジ | 9 お休み | 10 黒豚 お魚ワンコインの日 旬の魚 秋鮭・サバ ミルク食パン(予約) | 11 青果週末特売 泰山漬魚・明太子 | 12 『あるれ』のパンも入荷 牛小間・牛バラ 量り売り 週末の魚 まぐろ・鯛・平目 刺身盛合・サンマ 国産小麦食パン3枚入 10%引 | 13 ポイント2倍 寿司の日 紅鮭お得・秋サンマ |
| ★お弁当の季節: おさかなソーセージらくリップ ⇒5%引 | | | | | | |
| 14 奥和の干物 みりん干し・こしょう干し チーズお得の日 あこべるのナンがお得 | 15 火曜夕市 15:30~18:30 豚カツ・ひき肉 量り売り 朝から魚はお得市 秋鮭・サンマ | 16 お休み | 17 お魚ワンコインの日 スルメイカ・サワラ エゴマ寄せ豆腐 | 18 青果週末特売 泰山漬魚・小魚 | 19 ほうきね牛 週末の魚 まぐろ・平目・鯛・刺身盛合 国産小麦食パン3枚入 10%引 | 20 ポイント2倍 寿司の日 紅鮭大型パック 200円引き サンマ |
| ★お弁当の季節: スライスロースハム ⇒5%引 ★発酵食品で免疫力アップ: クリーミーバニラヨーグルト、味わいさっぱり加糖ヨーグルト ⇒5%引 ★こまつ製菓の和菓子フェア: ミニあんドーナツ、あんころ餅、蒸しさんづば、一口大福、一口草大福、きなこ草大福、一口きなこ粉餅 ⇒10%引 | | | | | | |
| 21 *敬老の日* 干物と小魚の日 チーズお得の日 | 22 *秋分の日* 火曜夕市 15:30~18:30 スペアリブ・トントロ 量り売り 朝から魚はお得市 サワラ・秋サバ・アジ | 23 お休み | 24 平牧金華豚 お魚ワンコインの日 秋鮭・サンマ 青大豆寄せ豆腐 | 25 青果週末特売 泰山漬魚・明太子 | 26 牛ステーキオーダーカット (ヒレ・リブ) 週末の魚 まぐろ・鯛・刺身盛合・平目・サンマ 国産小麦食パン3枚入 10%引 | 27 ポイント2倍 寿司の日 紅鮭お得・サンマ ミルク食パン(予約) |
| ★食べる味噌汁フェア: 肉厚わかめ 300g ⇒5%引 ★発酵食品で免疫力アップ: カップ小粒納豆 ⇒5%引 ★ハム化粧品フェア: UVミネラルパウダー、ふきとり化粧水、ハムヘアミスト、薬用美髪小町、薬用毛活減 ⇒10%引 ★消費材キャンペーン: 信州みそこうじ1kg ⇒10%引 | | | | | | |
| 28 カルシウムの日 しらす・ちりめん チーズお得の日 あこべるのナンがお得 | 29 火曜夕市 15:30~18:30 豚小間・ひき肉 量り売り 朝から魚はお得市 秋鮭・秋サバ | 30 お休み |  <ul style="list-style-type: none"> ●毎週日曜 >> 鶏卵、平飼卵5%引き ●毎週火曜 >> オルタフーズの白神食パン10%引き ●季節品申込め切 >> 毎週火曜日 ●口座振替 >> 28日(月) | | | |
| ★米澤製油のドレッシングフェア: にんじんだレッシング、たまねぎドレッシング ⇒10%引 ★消費材キャンペーン: ひじき40g ⇒10%引 | | | | | | |

惣菜メニュー予定表

企業組合 ワーカーズコレクティブ

惣菜 にんじん

10:30~18:30

横浜市戸塚区品濃町511-3

TEL 045-826-4974(惣菜直通)

9月 2020

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|---|--|-----------|---|--|--|---|
| | 1 カレーコロッケ こんにやく南蛮 えのきどっさりつくね 高野友禅炊き 木耳中華サラダ 焼肉丼 | 2 お休み | 3 チキン南蛮 飛竜頭 餃子 五目酢炒め ごぼうサラダ 寿司・サンドイッチ | 4 野菜春巻き 酢豚 ひじき入りつくね 野菜煮 切干しごま酢 おにぎり弁当 | 5 肉団子 タンドリーチキン 車麩オランダ煮 豚挽春雨炒め きじ焼き丼 寿司・焼鯖寿司 | 6 揚げワンタン 松風焼 三色きんぴら 七色中華サラダ 寿司 鶏そぼろ丼 |
| 7 野菜ナゲット 和風ミートローフ 五目切干大根 ひじきサラダ ドライカレー ミニ丼 | 8 チーズコロッケ メンチカツ 照り焼きハンバーグ みついし昆布野菜煮 蒸し鶏と野菜のマリネ 寿司 | 9 お休み | 10 ウインナーポテト ジャンボ焼売 しそ入りつくね 切干しきんぴら 鶏とひじきのマリネ おにぎり弁当 | 11 スパイシーチキン 豆腐ハンバーグ 餃子 五目ひじき煮 鶏のザーサイ和え 寿司・焼肉丼 | 12 カラフル揚げ出し 高野オランダ煮 高きびピーズサラダ 鶏とり丼 中華おこわ 寿司 | 13 鮭大葉フライ 七目ひじき煮 四色ナムル 和風サラダごまドレ 寿司 チキンピリ辛カツ丼 |
| 14 チキン南蛮 ひじき入りつくね 茎わかめ炒め煮 ごぼうと人参のごま和え 味噌ささ身カツ丼 寿司 | 15 鶏ごぼうコロッケ ミートローフ 根菜煮 山芋ともずくのサラダ 五色丼 鶏そぼろ丼 | 16 お休み | 17 ホットチキンカツ 高野炊き合わせ 中華サラダ 切干ピリ辛サラダ サンドイッチ 寿司 | 18 ささ身串カツ 蒸し鶏ねぎ塩 割り干し大根煮 春雨と卵の和え物 ドライカレー オムライス | 19 肉じゃがコロッケ ジャンボメンチ タンドリーチキン 変わりきんぴら 水菜とごぼうのサラダ 寿司 | 20 秋刀魚梅しそフライ 餃子 高野友禅炊き マーボー春雨 肉みそレタスそば 寿司 |
| 21 中華風鶏ピリ辛 えのきどっさりつくね 根菜煮 四色ナムル 焼肉丼 おにぎり弁当 | 22 ツナコーンコロッケ 松風焼 七目ひじき煮 和風サラダごまドレ ソース焼きそば 寿司 | 23 お休み | 24 ハンペンチーズ 豆腐ハンバーグ 三色きんぴら 五色なます きじ焼き丼 サンドイッチ | 25 ソフトカツ ジャンボ焼売 大豆ひじき煮 切干しごま酢 鶏そぼろ丼 寿司 | 26 鶏団子チリソース 油淋鶏 コロコロきんぴら 蒸し鶏と野菜のマリネ 五色丼 寿司・焼鯖寿司 | 27 酢豚 繊維たっぷり五目煮 春雨と卵の和え物 水菜とごぼうのサラダ 天丼 おにぎり弁当 |
| 28 鯖の香味天 照り焼きハンバーグ 高野友禅炊き カボチャサラダ オムライス 寿司 | 29 肉じゃがコロッケ ひじき入りつくね 筑前煮 たたきごぼうピリ辛サラダ チキン南蛮丼 ひじきご飯 | 30 お休み | | | | |

【9月の予定】

- * 5日(土)は、「ミニ惣菜フェア」を行います。
ピオサボ弁当も出ます。
- * 他にもたくさんのメニューをご用意してお待ちしています

テポ一の「お惣菜」は

- * 「惣菜にんじん」のワーカーズ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。