霧が丘デポー 日程表 2023 年 10月

季節品 木曜カタログ配布／次週火曜申込〆切
集金ハガキ 10/19(木) 便利なメール受け取り、ぜひご登録ください。
口座引き落とし 10/26(木)

横浜北生活クラブ生協**霧が丘デポー**
横浜市緑区霧が丘 5-2-6
TEL045-922-1200 FAX 045-922-4664
営業時間 11：00～19:00

週間フェア・キャンペーン情報↓	曜日の取組情報→	月	火	水	木	金	土	日
			15 時～売切夕市	定休日	食パン 10%引	紅鮭4切お買い得		
	パンの取組情報→	デニッシュハウス	オルタフーズ		オルタフーズ	オルタフーズ	デンマークベーカリー	デンマーク/香粉
フェア **＜秋のワインまつり＞** いづつワイン・郵船商事ワイン揃います 5%引…生タリアテレ・生スパゲティ太麺・チェダークラッシュ・ゴーダクラッシュ **＜消費材紹介キャンペーン＞** 10%引…丸大豆醤油90ml・パックだし・ホットケーキミックス・飲むヨーグルト		2 焼き芋 スタートします!!	3 新規入荷予定 （茨城笠間の栗ご飯の素） 15 時～売切夕市	4	5 平田牧場三元豚 ネック量り売り 別名トントロという希少部位。人気上昇中。	6 新規入荷予定 （モンブランロールケーキ） 11 時～岩手阿部製粉 団子の芽吹き屋来所！	7 ほうきね牛入荷 まぐろ解体 11 時～誕生祭 41 周年を祝おう	8 ポイント2倍 炭火焼き鳥 イベント寿司入荷 15時～ワイン試飲 好みのワインを探そう
フェア**＜JBP 化粧品フェア＞** 20%引…アイカラー・リップ・ファンデなど **＜泰山食品フェア＞** 10%引…味噌漬け各種 **＜消費材紹介キャンペーン＞** 10%引…長熟だし仕込みゴロゴロベーコン・肉厚わかめ・焼きのり・森が育てた天然水 500ml・牛乳たっぷり加糖ヨーグルト		9 秋の味覚	10 15 時～売切夕市 （展）大星貿易＜シルク＞	11	12 黒豚入荷 まぐろブツ量り売り 新規入荷予定 （シリルと山のおんがくたい）	13	14 11時～美勢商事 定番餃子・焼売の試食	15 ポイント2倍 寿司入荷 15 時頃、新鮮なネタのにぎり、手巻き、海鮮丼など入荷。
		≪ここだけのお肉フェア≫ 平田牧場 ポークウィンナー・パリ旨ポークウィンナー10%引き						
フェア**＜ハロウィンフェア＞** メイシ-シリーズ・プレスオルタナティブチョコ揃います **＜カレーの壺フェア＞** 10%引…カレーの壺5%引…福神漬 **＜消費材紹介キャンペーン＞** 10%引…おとうふ揚げ・ひじき 40g・マヨネーズチューブ5%引…エコシュリンプむき身		16	17 早期ギフト申込〆切 15 時～売切夕市	1	19 集金はがき設置 平田牧場三元豚 粗びき肉量り売り （展）プーパン＜こども服＞	20 ポイント2倍 ほうきね牛入荷	21 ポイント2倍 ほうきね牛入荷 （展）クロケッツ＜婦人靴＞	22 ポイント2倍 霧が丘 5-2 まつり
						≪ここだけのお肉フェア≫ ほうきね牛全品 5%		
フェア**＜ハロウィンフェア＞** メイシ-シリーズ・プレスオルタナティブチョコ揃います **＜雪室ぬかフェア＞** 5%引…雪室ぬか・たしぬか **＜消費材紹介キャンペーン＞** 10%引…皮なしミニコロウィンナー・かつお細けずり・生乳 100%ヨーグルト		23 ツイストドーナツ入荷 デニッシュハウスの揚げたてドーナツ。予約優先 （展）センプレ＜オーダーカットソー＞	24 15 時～売切夕市	25	26 ポイント2倍 口座引き落とし日 金華豚入荷 まぐろブツ量り売り	27 ポイント2倍	28 ポイント2倍 冬ギフト全国配送 申込〆切 クリスマスお正月試食会 いろいろ食べてみて検討!	29 ポイント2倍 寿司入荷 15 時頃、新鮮なネタのにぎり、手巻き、海鮮丼など入荷。
		≪ここだけのお肉フェア≫平田牧場 豚肉全品 10%引き						
フェア **＜消費材紹介キャンペーン＞** 10%引…スライスロースハム・おさかなソーセージ・森が育てた天然水2L		30 ポイント2倍 ツイストドーナツ入荷 デニッシュハウスの揚げたてドーナツ。予約優先 （展）ニューバッグシバタ＜バッグ＞	31 ポイント2倍 冬ギフト組合員受け取り申込〆切 15 時～売切夕市		★☆誕生祭★☆ 7(土)まぐろ解体・先着で割引クーポン・おふるまい配布 8(日)炭火焼きとり・ワイン試飲会・クイズでプレゼント ★ウェルカム days 20(金)21(土)ほうきね牛祭 ステーキが当たるガラポンなど 22(日)霧が丘5−2まつり お菓子もらえるハロウィーン企画			10/1 ポイント2倍 11時～郵船商事 ビオゼロワインの試飲

キッチンにんじんの お惣菜メニュー

2023年 /令和5年 10月

キッチンにんじん TEL/FAX 045-921-7702

月	火	水	木	金	土	日
10/30 しっとりささみカツ 高野のきのこあん マーボ春雨 蓮根とひじきのサラダ チキンソースカツ丼 野菜あんかけ焼きそば 日替弁当	**10/31** 卵クリームコロッケ 大根のそぼろあん 五目白和え ツナコーンスパサラ 信田巻き寿司 鶏そぼろ丼・カレーピラフセット 日替弁当			一緒に働く ワーカーズ 募集中！		**1［つつじが丘ポポロ］** 天丼 野菜あんかけ焼きそば チキン南蛮 カレーコロッケ（2ケ入り） 田舎風煮物 スクリューマカロニサラダ お弁当
2 チキンゴマカツ かぼちゃのそぼろあん 切干切昆布煮 ハム入り春雨サラダ 天津丼 上海塩焼きそば 日替弁当	**3** 肉じゃがコロッケ 塩麹から揚げ 大豆の揚げ煮 スクリューマカロニサラダ 押し寿司 五目おこわ チキンソースカツ丼 日替弁当	**4** 定休日	**5** サーモンコロッケ 肉しゅうまい 細切りきんぴら じゃがしゃきサラダ 鶏のくわ焼丼 韓国風焼きうどん 日替弁当	**6** ささみチーズフライ 鯖の竜田揚げ 根菜ごま酢和え かぼちゃサラダ ツナマヨ巻き ビビンバ丼 日替弁当	**7** かき揚げ・チーズインコロッケ レバーカレーフライ 豆腐のカラフル揚げ出し イカ茄子南蛮・四色串揚げ 蓮根とひじきのサラダ 海老天釜飯・五目いなり 太巻き・とり天丼・おはぎ 季節の弁当	**8［つつじが丘ポポロ］** 韓国風海苔巻 メンチカツ（2ケ入り） ユーリンチ 五目きんぴら 中華風プルプルサラダ お弁当
9 /スポーツの日 味噌カツ コロコロ野菜のきんぴら ツナコーンスパサラ 天丼 カレーピラフセット 日替弁当 	**10** ふっくらメンチ 鶏の変わり揚げ 卯の花 フレッシュポテトサラダ 鮭ちらし寿司・中華丼 シーフードグラタン 日替弁当	**11** 定休日	**12** ミートカレーコロッケ 鶏と高野の甘酢あん 切干大根の五目煮 中華サラダ ツナしぐれ巻き 五色丼 日替弁当	**13** 卵クリームコロッケ 鮭の甘酢ネギソース 豆腐信田巻き マカロニサラダ かき揚げ丼 野菜あんかけ焼きそば 日替弁当	**14** かき揚げ・ジャーマンコロッケ ゴマみそ串カツ・ぎょうざ 鯵の南蛮漬け フライドチキン・ポテトサラダ 焼き鯖寿司・太巻き・カツ丼 ドリア・おはぎ 季節の弁当	**15［つつじが丘ポポロ］** ドライカレーランチ 筑前ちらし寿司 高野豆腐の角煮風 はすの挟み揚げ 車ふ入り煮物 しゃきしゃきれんこんサラダ お弁当
16 きのこコロッケ 鶏と茄子のレモンソース 刻み昆布と野菜の煮物 ミモザサラダ 信田巻き寿司 鶏そぼろ丼 日替弁当	**17** グラタンコロッケ 肉団子の甘酢あん 七福豆 ハム入りスパサラ 五目寿司 オムランチ 韓国風焼きうどん 日替弁当	**18** 定休日	**19** エッグサラダコロッケ 梅味とりから 煮物セット コーンポテトサラダ 親子カツ丼 中華おこわ 日替弁当	**20** 鶏の野菜衣揚げ マーボ茄子 きのこ入りきんぴら 中華風切干サラダ 天津丼 霧が丘焼きそば 日替弁当	**21** かき揚げ・ミートコロッケ チキン胡麻カツ・豆腐つくね串 タラの和風あんかけ 手羽先味噌風味 レバーの甘辛煮・中華サラダ 天丼・オム焼きそば 高菜いなり・黒米太巻き 特別弁当	**22［つつじが丘ポポロ］** 海老天釜飯 お好み焼き・焼きそばセット サラダコロッケ（2個入り） 鶏のアラビアータ 大根そぼろあんかけ きんぴらサラダ お弁当
23 肉じゃがコロッケ 鮭の南蛮漬け 卯の花 ポテトサラダ ツナしぐれ巻 鶏のくわ焼丼 日替弁当	**24** チキン南蛮 豆腐のカラフル揚げ出し 茎わかめの炒め煮 蓮根五色サラダ 太巻き・上海塩焼きそば ミートグラタン 日替弁当	**25** 定休日	**26** ソフトカツ ユーリンチ 十目ひじき煮 ジャーマンポテトサラダ ドライカレー野菜添え 中華丼 日替弁当	**27** チーズインコロッケ 春巻 五色きんぴら ハム入り春雨サラダ 五色丼 マカロニのラザニア 日替弁当	**28** かき揚げ・メンチカツ 揚げ豆腐のパリパリ野菜 高野の卵射込み・手羽元香味焼 エッグポテトサラダ ゴマみそ串カツ・ロコモコ丼 焼き鯖寿司・五目いなり・おはぎ シーフードグラタン・季節の弁当	**29** そぼろご飯 太巻き 天ぷらセット れんこんの和風バーグ 南瓜のいとこ煮 人参とささみのサラダ お弁当

★ 生活クラブの食材を使い、丁寧に手作りしています。
★ 日曜日のお惣菜は『つつじが丘ポポロ』からの配送になります。
★ 魚料理には骨があることがあります。気を付けてお召し上がりください。
★ 材料の都合で、メニューの内容が変更又は中止になることがあります。