



**惠方巻予約受付中です！** 今年の恵方は南南東  
恵方巻には、福を巻き込むという意味が込められています。  
福やご縁を巻き込み、1年の幸せや願いが叶うよう食べるため、  
福が途切れたりしないよう、包丁で切らず丸ごと食べると良いとされています。

## 3月 デポー大会のお知らせ

日時、場所は未定ですが、  
2025年度の活動・会計報告と、  
2026年度の活動計画について、  
話し合う大事な大会です。  
詳細はフロアでお知らせします。



### 組合員向け情報ワーク 16(月) 地域向け情報ワーキング 13(金)27(金) 出資金口座引き落とし 26(木)

引き落としができない場合、延滞金がかかります。



週間フェア キャンペーン情報 ↓	曜日の取組情報→ パンの取組情報→	月 ・魚 デニッシュハウス	火 季節品申込〆切 青果夕市 オルタフーズ	水 お休み	木 果物朝市 オルタフーズ	金 キャリー便 オルタフーズ	土 ・魚 デンマークベーカリー	日 たまごの日 10個入りパック5%引き デンマークベーカリー 香粉 →12時半頃入荷
<b>つつじが丘デポーウエルカムDay</b> 2/20(金)~28(土) 未加入のお友だちと来所すると、 500円分のお買物券と りんごジュースプレゼント！ お友だちが加入すると、2人に 豚肉1パックずつプレゼント!!	<b>健康補助食品キャンペーン</b> 2/1日~28日 スーパー酵素 青みかんパワー 10%引き	<b>ビタクラフトキャンペーン</b> 2/15日~3/14日 鉄フライパン 購入特典付き さらにポイント対象です	<b>SUPER 鉄</b>	<b>1</b> ポイント2倍 生活クラブ共済 はぐくみ無料保障相談日 10時半~12時半 月掛金は1000円、保障が充実しています！ 今、加入している保障内容と比較してみませんか？				
消費材紹介キャンペーン 10%引き  なたね油丸缶、みりん風醸造調味料、焼きのり、ポーク ワイン、真あじ開き3枚、肉厚わかめ、 脂肪と酸味をおさえたヨーグルト <期間限定醸造>エチゴビール那須工場初仕込み 笑顔が集う輝きビール 6金入荷 プレオルタナティブのチョコ・紅茶対象品 5%引き 14日まで	<b>2</b> 鮮魚おすすめ いわし 惠方巻 青果夕市 展示会 HARA(婦人服)	<b>3</b> 黒豚 果物朝市	<b>4</b>	<b>5</b> ほうきね牛 にぎり寿司 缶詰フェア 2点以上5%引き さば缶・ボルシチ缶・リゾット缶など	<b>6</b> ステーキ オーダーカット 如月弁当 鮮魚おすすめ あんこう 栃木開拓牛ステーキ10%引き	<b>7</b> 7 8 ポイント2倍 香粉 愛しの生ショコラ ケーキ 12時半頃入荷 たまごの日		
消費材紹介キャンペーン 10%引き  スパゲティ1.6ミリ、トマトケチャップ、餃子、スライス ロースハム、プレーンヨーグルト、おさかなソーセージ  練り物フェア 白だし(360ml・500ml)、 ぼたんちくわ、さつま揚げ、野菜揚げ、 揚げボール 5%引き 22日まで	<b>9</b> 鮮魚の日 青果夕市 ライフブレッド特別価格 2/9日~22日 通常価格589円→498円(税抜) 災害時の備蓄品におすすめです	<b>10</b> 建国記念日 青果夕市	<b>11</b> 金華豚 濃厚チョコレートパイ 果物朝市	<b>12</b> ほうきね牛 にぎり寿司 日本海産甘えび唐揚げ用 にかほフェア対象品 2点以上5%引き	<b>13</b> 旬の魚フェア バレンタインDAY プレオルタナティブの チョコ・紅茶対象品 今日まで5%引き シュークリーム	<b>14</b> 14 15 ポイント2倍 冷凍ぎょうざでおなじみ 美勢商事さん来所 15時~17時 試食できます 2点以上5%引き！ たまごの日		
消費材紹介キャンペーン 10%引き  万能つゆ500ml、かつお細削り50g、チキンナ ゲット400g、長熟だし仕込みゴロゴロベーコ ン、飲むヨーグルト、とろーり加糖ヨーグルト  練り物フェア 白だし(360ml・500ml)、ぼたんち わ、さつま揚げ、野菜揚げ、揚げボール 5%引き 22日まで	<b>16</b> 集金はがき受取日 青果夕市 鮮魚の日 展示会 センプレ (婦人服)	<b>17</b> 青果夕市 展示会 センプレ (婦人服)	<b>18</b> 骨付きももハム つつじが丘デポーウエルカムDay 20金~28日まで お友だちを誘ってデポーに来てください！	<b>19</b> ほうきね牛 トマトケチャップのコーミさん 交流会10時半~12時半 コーミの中華ソース 2点以上5%引き	<b>20</b> ほうきね牛 三元豚ロース・肩ロース 10%引き にぎり寿司 果物朝市	<b>21</b> あつたか鍋物 フェア 21 22 ポイント2倍 たまごの日 たまごの日		
消費材紹介キャンペーン 10%引き  ひじき40g、パックだし、鶏肉ミニチバラ凍結(冷凍)、 味わいさっぱりヨーグルト  沖縄フェア ひなまつりフェア	<b>23</b> 天皇誕生日 淡雪あんドーナツ とんかつの日 鮮魚の日 展示会 プーパン(こども服)	<b>24</b> 青果夕市	<b>25</b>	<b>26</b> 三元豚ロース・肩ロース 10%引き にぎり寿司 果物朝市	<b>27</b> ポイント2倍 ほうきね牛 牛ロースビーフ用 5%引き	<b>28</b> ポイント2倍 牛ロースビーフ用 5%引き TEL 045-984-4833 FAX 045-981-5378	<b>つつじが丘デポー</b> オープン時間 10:30~19:00	

2026年

## 2月の惣菜メニュー

つつじが丘テポー惣菜 ポポロ



月	火	水	木	金	土	日
						1
		<b>3日(火) 節分 惠方巻</b> <b>7日(土) 惣菜の日 きさらぎ弁当</b> <b>ご予約はお早めに！</b>				ひじきの炊き込みご飯 根菜と豚の甘辛丼 サラダコロッケ 鶏のチリソース 野菜の炊き合せ さつま芋と柿のサラダ
2	3	4	5	6	7 惣菜の日	8
天丼 ナポリタン 鶏の唐揚げセット レバーカレーフライ 肉じゃが きんぴらサラダ うずら豆の煮物	恵方巻 鮭のガリバタご飯 キャベツメンチ 蓮根団子 大根と鶏もものトマト煮 ポテマカサラダ 高野豆腐と小松菜の和え物	お休み	鶏のきじ焼き丼 マカロニグラタン 白身魚のあんかけ ロールフライ 南瓜のそぼろあんかけ ツナコーンスパサラ 四川風漬物	中華おこわ そぼろご飯 串カツ 田舎風煮物 かぶとツナの胡麻マヨサラダ 白和え	きさらぎ弁当 <small>おにぎり（紅鮭大葉・鶏牛蒡・鰯醤油）</small> オムライス メンチ いかマヨ 車ふり入りの煮物 マッシュポテト茄子ミートかけ 手羽先の塩麹焼き <small>新</small> <small>プロッコリーとベーコンのサラダ</small>	ハンコロ丼 ソース焼きそば ミートコロッケ 鶏と野菜のビリ辛炒め 昆布だし大根煮 彩サラダ
9	10	11	12	13	14	15
峠の釜飯 焼鯖太巻 五目野菜と春雨炒め 三元豚とんかつ 高野豆腐のオランダ煮 ポテトサラダ ひりょうず	ランチおにぎり 森のドリア 煮込みハンバーグ 本格チャプチエ 袋煮 カラフルコールスロー ナムル	建国記念日 お休み	筑前ちらし寿司 上海焼きそば 一口サーモンフライ 鶏と茄子のレモンソース 五目ひじき スパゲティーサラダ レバーコン辛子マヨネーズ和え	ジャンバラヤ サンド握り 豚肉紅生姜天 カジキの酢豚風 筑前煮 南瓜サラダ 手羽元のマーマレード焼き	バーチキンカレー 海老マヨ太巻き シーフードドリア キャベツコロッケ ダージーパイ 五目豆腐の生姜あんかけ しゃきしゃき蓮根サラダ	おかめ寿司 五目おこわ ミラノ風鶏のカツレツ ロールキャベツ 肉入りきんぴら 鶏とひじきのマリネ
16	17	18	19	20	21	22
お好み焼き（広島風） ツナ巻き寿司 春巻 <small>新</small> マサラチキン 厚揚げ入りひじき煮 いかマリネ 出汁巻き玉子	太巻 助六 韓国風焼うどん クリーミーコロッケ 高野の角煮風 揚げ大根のあんかけ 青葉と新じゃがの胡麻マヨ和え 豆腐ナゲット	お休み	カツカレー 鶏釜飯 鰯の味噌煮 とり天 車ふり入り煮物 ジャーマンポテトサラダ バランスお浸し	ミートソーススパゲティー 豚丼 鮭のマッシュポテト焼き スコッチエッグ 高野の射込み入り煮物 カル鉄サラダ けんちん揚げ	焼鯖押し寿司 ポポロバーガー <sup>(チキン南蛮・メンチ)</sup> おはぎ（3種）餃子 はすの挟み揚げ 切昆布とさつま揚げの煮物 卯の花	親子カツ丼 オム焼きそば 鶏と野菜の中華風炒め 肉じゃがコロッケ きんぴら マセドアンサラダ
23 天皇誕生日	24	25	26	27	28	
鶏と根菜の黒酢丼 ランチおにぎり 野菜たっぷりミートボール 天ぷらセット 高野入り煮物 人参とささみのサラダ 千草焼	モリモリのり丼 にらのちぢみ チキン南蛮 松風焼 切干大根の煮物 マカロニサラダ（シンプル） 鶏とザーサイの和え物	お休み	野菜あんかけ焼きそば 金時おこわ 串つくね 白身魚と春雨の辛味煮 大根のそぼろあん コールスロー 大学芋	カツ丼 ミートソースグラタン 里芋コロッケ カジキのカレー竜田揚げ カラフル揚げ出し豆腐 フレッシュポテトサラダ ごぼうの甘辛揚げ	野菜たっぷり焼き肉丼 韓国風海苔巻 カレーコロッケ 手羽先の塩麹焼き 高野のうすく煮 胡麻じゃこサラダ 胡麻豆腐	 ポポロの惣菜は… 安全なテポーの食材を使用し、心をこめて手作りしています。 サークル・地域の集まりなどにお気軽にご利用下さい。 045-983-4282

※ 保存料などの添加物は一切使用しておりませんのでお早めにお召上がりください。

※ 魚料理には骨がある場合がありますので、気をつ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になる事があります。



045-984-4833

7日（土）きさらぎ弁当 1300円(税込み 1404円)

紅鮭大葉ご飯・メンチカツ・鶏のレモン焼き・車ふり入り煮物

いかマヨ・プロッコリーとベーコンのサラダ・マッシュポテトミートソース

