



### ほうきね牛 …まずは一度、このおいしさを…

栃木県の提携生産者が育てる黒毛和牛と乳牛のホルスタイン種から生まれた牛です。ほどよいサシが入り、とろけるような肉質で長年デポーで愛されています。

\*100円引きクーポンは金・土限定です。おひとり1回限り、7/31(金)まで



### デポーミルク週間 6/29(月)~7/19(日)

牛乳1本購入ごとにスタンプ1個、スタンプ5個でバニラアイス(小)1個プレゼント  
牛乳の利用が減っています。  
みんなで牛乳を飲んで生産者を支えましょう!

組合員向け情報ワーク 18(土)~  
地域向け情報ワーク 17(金)~  
出資金口座引き落とし 27(月)  
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  デニッシュハウス	火 季節品申込メ切 青果夕市 オルタフーズ	水 お休み	木 沖紅鮭の日 オルタ食パン	金 キャリー便 干物・漬魚の日 オルタフーズ	土  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 →12~13時頃入荷
消費材紹介キャンペーン 10%引き 鶏肉ミンチバラ凍結、脂肪と酸味を抑えたヨーグルト、 パックだし、キッチン用液体せっけん(詰替用)	<さんえすクラブ> 神奈川を中心とした生産者の 団体として1987年に 48社で発足しました。 生産者・生活者(組合員) 生活クラブ それぞれの頭文字「S」から、 さんえすと命名されています	キャンペーン ~7/12(日)まで 10%引き…宍道湖冷凍しじみ 米粉パン、オレンジバルサミコ 5%引き…凍眠ほたるいか まぐろ浅炊き、国産さば昆布× ホタテ缶、ももからあげ(冷凍) 福神漬、刻みきゅうり漬など	2 黒豚 東本郷とうもろこし ブルーベリー(庄内)	3 ほうきね牛 泰山食品交流会 10時半~12時半 凍眠ほたるいか・まぐろ浅 炊き・さば昆布×試食	4 まぐろ解体 11時~ 	5 ポイント2倍 ウェルライフ交流会 10時半~12時半 サプリメットの専門家のお話 を聞いてみませんか? 焼きとうもろこし・豚串	展示会 パラマウント(スニーカー・婦人靴)	
消費材紹介キャンペーン 10%引き 長熟だし仕込みごろごろバーボン、飲むヨーグルト、 なたね油丸缶、みりん風醸造調味料、信州田舎みそ こうじ、焼きのり	6 鮮魚の日  まとめ買いがおいしくておトク! お肉とセット購入で冷凍ナムルセット 6(月)~26(日)まで 通常価格611円→538円(税込)	7 青果夕市 	8	9 ブルーベリー(上伊那)	10 ほうきね牛 期間限定ビール入荷 シラストラナグー・トラハバラ	11 生活アートクラブ 交流会10時半~12時半 環境にも自分にも優しい せっけんシャンプーバー コンディショナーバー 文月弁当・もも化粧箱	12 ポイント2倍 にぎり寿司 	展示会 東京真珠(アクセサリー)
消費材紹介キャンペーン 10%引き これ好きスライスソーセージ、味わいさっぱり加糖 ヨーグルト、おとうふ揚げ、スパゲティ1.6mm、餃子 神奈川県漁連フェア 5%引き…海かけ丼、めばちまぐ ろたたき風、焼きのり シャボン玉月間・洗濯用液体せっけん(詰替用)10%引き デザートこんにゃく小豆・抹茶 5%引き	13 鮮魚の日 ツイストドーナツ パプリカ初入荷 夏野菜 提携産地フェア 枝豆・とまと・きゅうり等 展示会 ファーレ(婦人服)	14 青果夕市  3種の彩りフルーツ ミックス(冷凍)	15	16 金華豚 生活クラブ共済 はぐくみcafé 11-13時 けがや入院への備えがで きて、固定費の見直しにも おすすめです。専門の職員 に相談できます!	17 ほうきね牛 水だしコーヒー コーヒーゼリーの素	18 集金はがき受取日 旬の魚フェア あじ・信州サーモン	19 ポイント2倍 たまごの日 10個入りパック5%引き 	
加工肉キャンペーン 5%引き パリ旨ポークウィンナー、肩ロース味噌漬け 26(日) 土用丑の日 炭火焼うなぎ予約受付中です! ふっくら蒸して、じっくり焼きます! たれも手作り! 冷凍しじみ(青森) 5%引き	20 鮮魚の日	21 青果夕市 	22	23 ウェルカムDAY 24(金)25(土)26(日) お友だちを紹介すると、 500円分の買物券とおすすめ消費材 を紹介者とお友だちに プレゼントします!	24 ほうきね牛 新企画! 巻き寿司の日 マンゴー (沖縄) ぶなの森 パウンドケーキ 	25 鮮魚の日 土用しじみ 尾花沢 すいか 	26 ポイント2倍 土用丑の日 炭火焼 うなぎ 	
デポーミルク週間 牛乳購入ポイント5倍! 松岡のお菓子フェア ミレーフライ、割りペッ甲飴など 10%引き 夏のカレーフェア カレー粉、カレーの壺(カルポル・チャツ ネ)、お米で作ったカレールー 5%引き	27 鮮魚の日 展示会 アイメイト(鯖江のめがね)	28 青果夕市 	29	30 ポイント2倍 三元豚ロース 肩ロース 10%引き ジュースケース購入 5%引き	31(金) ポイント2倍 ほうきね牛 にぎり寿司 ぶなの森のお菓子 5点購入で、 チョコラスクプレゼント 生産者のお話を一緒に 聞きましょうか? 交流会10時半~12時	つつじが丘デポー オープン時間 10:30~19:00 TEL 045-984-4833 FAX 045-981-5378		

# 2026年 7月の惣菜メニュー

## つつしが丘デポー惣菜 ポポロ



月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
 <p>11日(土) <b>惣菜の日</b> 文月弁当 ご予約お待ち しています!!</p>				豚肉の冷しゃぶサラダうどん チャーハン 冷たい鶏そば 鯖の味噌煮 ミラノ風鶏のカツレツ 冬瓜のうすくず煮 きんぴらサラダ 大学芋	海老天釜飯 つるつるうどん サラダ巻き寿司 いかマヨ 出汁巻き玉子 ロールフライ 車ふ入り煮物 ツナコーンスパサラ	鮭のガリパタご飯 上海焼きそば メンチカツ かき揚げ 肉じゃが 鶏とひじきのマリネ
6	7	8	9	10	11	12
天丼 海鮮サラダそば 串味噌カツ マーボー春雨 高野の煮物 カラフルビーンズサラダ ごぼうの甘辛揚げ	中華おこわ 豚丼 春巻 鶏と茄子のレモンソース 野菜巾着 さつま芋とパイナップルのサラダ 高野豆腐と小松菜の和え物	お休み	そぼろご飯 バンバンジー麺 カジキのカレー竜田揚げ 鶏の南蛮漬け 切昆布の煮物 いかマリネ 五色ナムル	トマトの冷製パスタ にらのちぢみ 白身魚と春雨の辛味煮 キャベツコロッケ 厚揚げ入りひじき煮 フレッシュポテトサラダ うずら豆の煮物	文月弁当 冷やし中華 韓国風海苔巻き とり天 枝豆のクリームコロッケ おはぎ3種 鮭のラビゴットソース 海老チーズ入り揚げワントン 高野の射込み入り煮物 フレッシュマカロニサラダ 出汁巻き	モリモリのり丼 冷やしきつねうどん 鶏の野菜菜揚げ 肉じゃがコロッケ 豆腐の旨煮 マカロニサラダ
13	14	15	16	17	18	19
オムライス ツナ巻き寿司 しっとりささみカツ 野菜たっぷりミートボール 高野豆腐のオランダ煮 胡麻じゃこサラダ おはぎ3種	豚肉の冷しゃぶサラダうどん 峠の釜飯 煮込みハンバーグ 天ぷらセット 十目ひじき 冷やして美味しいトマトの煮物 根菜の胡麻酢和え	お休み	親子カツ丼 とり天菜味そば 三元豚とんかつ 本格チャブチェ 肉入りきんぴら ポテトサラダ 切干と枝豆の和え物	カツカレー 広島風お好み焼き ーロサーモンフライ 鶏と野菜のピリ辛炒め 田舎風煮物 人参とささみのサラダ 豆腐ナゲット	天丼・そば(うどん)セット 太巻 鶏のきじ焼き丼 ミートコロッケ かき揚げ 鶏のチリソース 筑前煮 カル鉄サラダ レバーコン辛子マヨ	ランチおにぎり ナポリタン キャベツメンチ 手羽先の塩麹焼き コロコロ野菜のきんぴら 中華風プルプルサラダ
20	21	22	23	24	25	26
ジャンバラヤ 冷やし中華 串カツ 五目野菜と春雨炒め 切干大根の煮物 鶏と枝豆入りひじきサラダ さつまいもロースト	サンド握り 野菜たっぷり焼き肉丼 サラダコロッケ 茄子の鶏味噌田楽 野菜の炊き合わせ カラフルコールスロー ひりょうず	お休み	冷たい鶏そば ビビンバ 鯖のアラビアータ 高野の角煮風 冬瓜のうすくず煮 バンバンジー 手羽元のマーレード焼き	ジャージャー麺 ハンコロ丼 春巻 鮭のマヨネーズ焼き 海老と枝豆のつくね焼 カラフル揚げ出し豆腐 ジャーマンポテトサラダ	おにぎり3種 冷やしたぬきうどん 焼き鯖押し寿司 餃子 豚肉と牛蒡の落とし揚げ ダージーパイ 切昆布とさつま揚げの煮物 野菜の揚げ浸し	お好み焼き・焼きそばセット サラダ巻き寿司 ユーリンチ カレーコロッケ 高野入り煮物 スクリューマカロニサラダ
27	28	29	30	31	 <div data-bbox="1141 1590 1380 1736" style="border: 1px solid black; padding: 5px;">                     ポポロの惣菜は…                      安全なデ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                 </div>	
ランチおにぎり 鶏胡麻つけ麺 コーンコロッケ 松風焼 田舎風煮物 中華サラダ レバーの香り揚げ	トマト担々麺 鶏と根菜の黒酢丼 串つくね はんぺんフライ ひじきの煮物 ポテマカサラダ 鶏とザーサイの和え物	新 お休み	いなり・そばセット ミートソースパグティ 焼売 クリーミーコロッケ 筑前煮 人参とささみのサラダ 塩しモンチキナゲット	鶏釜飯 天津飯 唐揚げスウィートチリソース ミートボール(中華) 南瓜のそぼろあんかけ ミニトマトのピクルス イカと胡瓜のねぎ塩和え		

- ※ 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。



984-4833

11日(土) 文月弁当 1400円(税込 1512円)

サラダちらし寿司、おにぎり(煮うずら玉子)、枝豆のクリームコロッケ、海老チーズ入り揚げワントン  
とり天、鮭のラビゴットソース、高野の射込み、フレッシュマカロニサラダ、ミニおはぎ、お漬物

