



2026年

10月 日程表

※内容が変更になる場合があります。

2026年冬ギフト 申込が始まります

組合員受取品申込:~10/20(火)まで

全国宅配申込:~10/24(土)まで

【早期】~10/13(火)まで

【早々期おせち】9/14(月)~9/27(日)

生活クラブ横浜みなみ生協

東戸塚デポー

OPEN:10:30~19:00

横浜市戸塚区品濃町 511-3

TEL 045-825-8571

FAX 045-825-8573

月間キャンペーン

◆ヘルシー&ハッピーキャンペーン 10%引き

マヌカハニーMGO250+、アマニ油&ルテイン

◆化粧品キャンペーン 10%引き

【TAEKO】ローション、クリーム

インアールエッセンススティック、センシティブシールドクリスタル ほか

▼▼▼▼ 展示会予定 ▼▼▼▼

8(木), 9(金).....ピーポッド(シルク衣料・小物)

★8(木)にワークショッブやります

16(金), 17(土) センプレ(婦人服)

26(月), 27(火) ブティックHARA(婦人服)

パン	デンマークベーカリー	オルタフーズ 食パン(1斤以上) 10%引		MUGIYA	デニッシュハウス (11:00頃入荷) 香粉 (13:00頃入荷)	デンマークベーカリー	MUGIYA
曜日固定	牛小間切れ5%引 チーズの日 ピオサポセット入荷	青果火曜夕市(15:30~) 豚ブロック肉の日 鮮魚の日	鮮魚の日 豆腐・納豆の日 黒豆納豆入荷		青果週末特売 餃子の皮・豚挽肉お得 ピオサポセット入荷	青果週末特売 鮮魚の日	日曜ポイント2倍 鶏卵10個入5%引 (3Daysを除く)
	月	火	水	木	金	土	日
39週	ワーカーズ募集中! 東戸塚デポーで 一緒に働くメンバー 募集中です 	デポーパン総選挙 期間:9/28~10/18 LINE ミニアプリで 気軽に投票してね♪ 	1 じゃがいも玉ねぎ 10%引 黒豚	2 ほうきね牛 デニッシュハウス あんどうナツ入荷 ベーコンエビ入荷 	3 でんきの相談会 10:30~12:30	4 寿司午前入荷 やきとり焼きます	
★消費材紹介キャンペーン: おとうふ揚げ、バックだし、ホットケーキミックス、マヨネーズチューブ⇒ 10%引 、プレーンヨーグルト⇒ 5%引 ★おつまみフェア: 鮭とば⇒ 5%引 ★JBP フェア:薬用かさ肌お肌しっとりジェル、【ビマシェ】クリーミィファンデーション BB、 【ルリーフェ】ミー・エッセンスローションⅡ、ミー・ビタエッセンスマスクⅢ、アスタジエリーQ10Ⅱ、【ハーブの森】ベルガモットピーリングジェル⇒ 10%引							
40週	5 牛小間切れ5%引 青果 北海道フェア 干物の日	6 豚ブロック肉の日 ブロック・トントロ量り売り	7 休	8 じゃがいも玉ねぎ 10%引	9 ほうきね牛 ステーキの日	10 お魚まつり	11 寿司午前入荷
★まとめ買いでおトク: カニとトマトのクリームソース(2袋入)⇒ 生スパゲティとのセット購入で50円引 ★おつまみフェア: 鮭とば⇒ 5%引 ★消費材紹介キャンペーン: 真あじ開き3枚、焼のり、みりん風醸造調味料⇒ 10%引 、飲むヨーグルト⇒ 5%引							
41週	12 秋のフルーツセット 牛小間切れ5%引 漬魚の日 	13 豚ブロック肉の日 スペアリブ・トントロ 量り売り	14 休	15 じゃがいも玉ねぎ 10%引 金華豚	16 ほうきね牛 ほうきね牛まつり ほうきね牛 全品 5%引き 旬の魚フェア ぶり、生鮭フィレ 特売	17 ☆☆ ウェルカム3Days ☆☆ ポイント2倍 ☆☆ 鶏卵10個パック 10%引き ◆生産者来所◆ 栃木開拓農協 10:30~12:30	18 ◆生産者来所◆ 新生酪農 10:30~12:30 寿司午前入荷
★ここだけのお肉フェア: 牛肉全品 5%引き & ポイント5倍 ナムル・牛肉まとめ買いでお得 ★メーシーちゃんシリーズフェア: うみのおさんぽ、きらきら星のおせんべい、海藻のせんべい、野菜のせんべい、しおあじのポテトチップス⇒ 10%引 ★消費材紹介キャンペーン: 鶏肉ミンチバラ凍結、おさかなソーセージ、トマトケチャップ、餃子⇒ 10%引 、低脂肪プレーンヨーグルト⇒ 5%引							
42週	19 ホームトンバナナ特売 牛小間切れ5%引 干物の日	20 豚ブロック肉の日 カツ用・ひき肉 量り売り	21 休	22 じゃがいも玉ねぎ 10%引	23 ほうきね牛 ステーキの日	24 共済推進 Day 牛モモブロック 5%引き	25 寿司午前入荷
★秋の土用: 冷凍しじみ、寒天⇒ 5%引 ★ホカホカおでんフェア: あじ天、さつま揚げ、ぼたんちくわ、揚げボール、黒はんぺん、いわしさつま⇒ 5%引 ★消費材紹介キャンペーン: かつお細けずり、国産ブレンドなたね油丸缶、マヨネーズチューブ⇒ 10%引 、牛乳たっぷり加糖ヨーグルト⇒ 5%引							
43週	26 牛小間切れ5%引 漬魚の日	27 豚ブロック肉の日 カタブツ・小間・ ひき肉量り売り	28 休	29 じゃがいも玉ねぎ 10%引 豚ロース・肩ロース 10%引き	30 ほうきね牛	31 ポイント2倍 HAPPY HALLOWEEN	11/1 対面にぎり寿司 13:30~ 予約でお得!
★ここだけのお肉フェア: ポークウィンナー、これ好き!スライスソーセージ、長熟だし仕込みスライスベーコン、スライスロースハム⇒ 10%引き ★お米を食べようウィーク: 骨取り真だら味噌漬・秋鮭味噌漬⇒ 5%引							

●季節品申込〆切 >> 毎週火曜日 ●口座振替 >> 26日(月) ●前月利用明細ハガキ配布 >> 18日(日)~

惣菜メニュー予定表



10月 2026



月	火	水	木	金	土	日
		お休み	1 ソフトカツ コロコロきんぴら マーボー春雨 鶏そぼろ丼 焼きそば 	2 餃子 みついし昆布 春雨と卵の和え物 ドライカレー 親子丼 	3 肉じゃがコロッケ シュウマイ 白和え カツ丼 寿司 	お休み
5 天ぷら 野菜たっぷり卵の花 鶏ザーサイ和え 焼うどん 天丼 	6 たらの和風あん 三色きんぴら ひじきサラダ ビビらずどん丼 寿司 	お休み	8 ささ身串カツ 高野友禅炊き 切干ごま酢 海苔弁当 ナポリタン 	9 ポテトコロッケ 五目切干大根 蒸し鶏と野菜のマリネ 焼肉丼 寿司 	10 レバー香り揚げ 車麩オランダ スパイシーボテマカサラダ 五目おこわ 寿司 	お休み
12 酢豚 高野豆腐の含め煮 五色なます カツカレー 寿司 	13 揚げ出し豆腐 シュウマイ 和風サラダごまドレ チキンソースカツ丼 鶏ごぼうご飯 	お休み	15 メンチカツ 五目酢炒め煮 春雨と卵の和え物 鶏とり丼 天丼 	16 スパイシーチキン 七目ひじき煮 コールスロー ドライカレー おにぎり弁当 	17 キムチ餃子 野菜たっぷり卵の花 鶏とひじきのマリネ カツ丼 寿司 	お休み
19 鶏の唐揚げ 野菜煮 マーボー春雨 海苔弁当 親子丼 	20 野菜春巻き 五目切干大根 蒸し鶏と野菜のマリネ 鶏そぼろ丼 寿司 	お休み	22 鶏天 卵の花 木耳中華サラダ ビビらずどん丼 韓国風焼うどん 	23 鶏団子の甘酢野菜あん みついし昆布と切り干し煮 蓮根とツナのサラダ きじ焼き丼 寿司 	24 グラタンコロッケ シュウマイ ポテトサラダ 鶏とり丼 寿司 	お休み
26 ソフトカツ 大根そぼろ煮 中華サラダ ビビンバ丼 寿司 	27 れんこん団子 高野豆腐の含め煮 白和え あんかけ焼きそば 寿司 	お休み	29 マーボー茄子 切干ひじき煮 鶏と春雨ピリ辛サラダ おにぎり弁当 ドライカレー 	30 梅しそチキンカツ 五目きんぴら ひじきサラダ ナポリタン 海苔弁当 	31 レバーカレー揚げ 高野オランダ煮 切干ごま酢 鶏ごぼうご飯 寿司 	お休み

惣菜 定休日変更のお知らせ

10月より惣菜は水曜日
日曜日が定休日となります

デポの「お惣菜」は

- *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。