

必要な品を 必要なだけ お届けします!!

サンフード旬菜だより

第20号

ご注文はこちらへどうぞ

TEL 0183-72-1155

FAX 0183-73-8818

きのこの効用

きのこが旬の季節です。きのこ類の成分は、水分、蛋白質、繊維質、無機質、ビタミン類などから組成されています。きのこに含まれる成分には、次の効用があります。

1. 体内のカルシウム吸収を助け、骨粗鬆症を予防する
2. 低カロリーでミネラルが豊富なことからダイエット効果がある
3. 食物繊維が、便秘を予防する
4. 血中コレステロール値を下げ、血液をサラサラにする
5. 免疫力を高め、抗腫瘍効果(こうしゅようこうか)がある

まさに理想的な健康食品ですね。



(参考サイト:林野庁ホームページ)



全国まるごとうどんエキスポ

10月5日、6日の二日間、湯沢市中心商店街にて「うどんエキスポ」が開催されます。3回目の今年は、なんと20店のご当地うどんが大集合するうえに、うどんスイーツも味わえるとか…!?

「下川手延べうどん(北海道)」

「村山かてうどん(東京)」

「武蔵野うどん(東京)」

などが初参加する「うどん」です。このほか、音楽のまち「ゆざわ」にちなみ、ご来場のお客様へ演奏や演舞を披露する

「湯沢ミュージックストリート」など、楽しい企画が準備されています。

前売り券(お食事チケット)は、チケット販売店のほか、うどんエキスポのホームページよりインターネットで購入可能です。



ハーブ紹介コーナー

今月はセージ



消化吸収を助け、肉の臭みを消して風味を良くするので、ソーセージによく使われます。香りが強いので、少なめに使用するのがポイントです。料理だけでなく、ハーブティーとしても楽しめます。



昨年の様子



9月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	1	2	3	4	5

平成25年
2013年

10月

神無月 October



11月						
日	月	火	水	木	金	土
27	28	29	30	31	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

【臨時休業のお知らせ】10月14日(体育の日)は、注文受付・配達ともに休業させていただきます。

日	月	火	水	木	金	土
29 友引	30 先負	1 仏滅	2 大安	3 赤口	4 先勝	5 先負
6 仏滅	7 大安	8 赤口 寒露	9 先勝	10 友引	11 先負	12 仏滅
【市場休み】 うどんエキスポ			【市場休み】			
13 大安	14 赤口 体育の日	15 先勝	16 友引	17 先負	18 仏滅	19 大安
【市場休み】	【市場休み】 サンフード臨時休業日					
20 赤口 土用入り	21 先勝	22 友引	23 先負 霜降	24 仏滅	25 大安	26 赤口
【市場休み】			【市場休み】			
27 先勝	28 友引	29 先負	30 仏滅	31 大安	1 赤口	2 先勝
【市場休み】						

◆このカレンダーをお客様の店舗や厨房に貼ってご活用下さい。 ◆【市場休み】の日は、入荷がありません。

©2012 SUNFOOD All Rights Reserved. (発行日 2013年9月30日)

おすすめ品



野菜と果物

サンフード



↑ホームページ <http://aktsunfood.com/>

<http://aktsunfood.sblo.jp/> ブログ ↑

(0183) 72-1155