

四季の料理 おすすめ食材

季節を彩る献立づくりにお使いください。

春

若筍胡麻和え 142678  P.128	そばの実菜の花 160153  P.129
わさびぶき 368047  P.129	味わらびしそ風味 596007  P.130
つんつん漬 250004  P.137	京風春の白和え 777082  P.142

食のイベント		
3月	4月	5月
3日 桃の節句	8日 花祭り	5日 端午の節句・立夏
14日 ホワイトデー	29日 昭和の日	8日 母の日

夏

ミニオクラゴマ和え 142302  P.132	切り干しうめ和え 755018  P.133
すいき甘酢漬 757001  P.136	野沢菜わさび 500029  P.133
湯葉磯和え 250697  P.143	とり皮レモン 273448  P.148

食のイベント		
6月	7月	8月
16日 和菓子の日・麦とろの日	7日 七夕	1日 八朔の祝い・田実の節句
30日 夏越の節句	22日 大暑・てんぷらの日	29日 焼き肉の日

秋

割干し大根ゆず風味 755015  P.132	国産]柿なます 643127  P.133
柚子入り伍林の祭り 593485  P.136	柚子きくらげ 368108  P.137
白平茸と菊の煮浸し 772240  P.138	厚揚げときのこの煮浸し 142592  P.144

食のイベント		
9月	10月	11月
9日 重陽の節句	2日 豆腐の日	7日 立冬・鍋の日
19日 敬老の日	31日 ハロウィン	22日 いい夫婦の日

冬

梅かつおこんにゃく 132035  P.141	かぶらのマリネ[サーモン] 643014  P.144
とり筑前 142034  P.145	かつおくるみ 777127  P.145
五色豆 469083  P.146	豚のやわらか煮 049021  P.149

食のイベント		
12月	1月	2月
20日 ブリの日	7日 人日・七草	3日 節分・海苔巻きの日
25日 クリスマス	20日 大寒	14日 バレンタインデー