

「旬」が
まるごと

いただきますをたのしく

satake通信

2024

6
June

企画発行／佐竹食品株式会社 企画制作・印刷／東洋印刷株式会社

そうめん

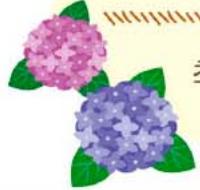
つるつと涼やか、夏の風物詩。



contents

PICK UP!

食材FILE 烏賊(イカ)



季旬彩々 オクラ



こだわりの逸品
きなこ豚

今月のスイーツ
甘夏ゼリー

こんなサービス知っていますか?
貸し出し傘



Instagram
やってます!!

#日本一楽しいスーパー
#いただきますをたのしく



FOODS.MARKET.SATAKE



イカの選び方

一杯まるごと購入し、
ご自宅でさばく場合は、
透明感があり、茶褐色になっ
ているものがおすすめ。目が黒く
澄んで飛び出しているものや、
触ったときに色がスッとわかる
ものも新鮮です。

食材FILE
vol.39

じりっと
甘い♪

イカ刺し

香ばしく焼いても、こっくり煮付けても
カラリと揚げてもおいしいイカですが、
夏はやっぱり、ひんやりとしてほの甘な
お刺身がよく合います。



初夏に食べたいイカはこれ！

食用としているイカの種類は多く、季節や産地によって旬
はさまざまですが、一般的に初夏から夏ごろにおいしいと
されるイカは、以下の3つ。



イカの栄養価

種類によって栄養価の値は異なります
が、総じて100gあたり66~89Kcalとカロ
リーは控えめで、良質なたんぱく質が豊
富。日本人が不足しがちな亜鉛が多く、
ビタミンE、ナイアシン、ビタミンB12の含
有量にもすぐれています。また、栄養ドリ
ンクなどでお馴染みのタウリンが豊富
で、イカの甘いのもとになっています。

イカの数え方は、 どうして「杯」なの？

「杯」の字の不には「ふくらむ」という意味があり、イ
カの胴の部分は「いか徳利」や「いか飯」にできるく
らいふくらとして器がわりにもなることから、
『杯』で数えるようになったといわれています。ただ
し、「杯」を使うのは、市場やお店で売られている
とき。海で泳いでいるときは1匹2匹と数えますし、
スルメイカに加工されると1枚2枚と数えます。



イカ刺し de おつまみレシピ♪

新鮮なお刺身をわさび醤油につけてシンプルにいただくのもよいですが、
イカ刺しを食材にしてアレンジすると、おつまみのバリエーションが広がります。

イカ納豆

材料(2人分)

- イカのお刺身…80g
- 酒…大さじ1と1/3
- 納豆(たれ付き)…1パック
- ごま油…小さじ1
- きざみねぎ…適量
- 白いりごま…適量

作り方

- ①イカの刺身は酒にからめて、水気を切っておく。
- ②納豆は付属のたれを入れ、よく混ぜ合わせておく。
- ③ボウルに①と②、ごま油、きざみねぎ、白いりごまを
入れて、全体をよく混ぜ合わせる。味が薄く感じたら、
お好みでしょうゆ(分量外)を少し加えて調整して。



イカと薬味のわさび和え

材料(2人分)

- イカの刺身…100g
- 酒…大さじ1と1/2
- みょうが…1本
- 大葉…4枚
- ごま油…小さじ1
- きざみねぎ…適量

作り方

- ①イカの刺身は酒にからめて、水気を切っておく。
- ②みょうがと大葉は千切りにする。
- ③【A】を混ぜ合わせておく。
- ④ボウルに①と②、きざみねぎを入れて混ぜ、
❸を回しかけて、全体を和える。



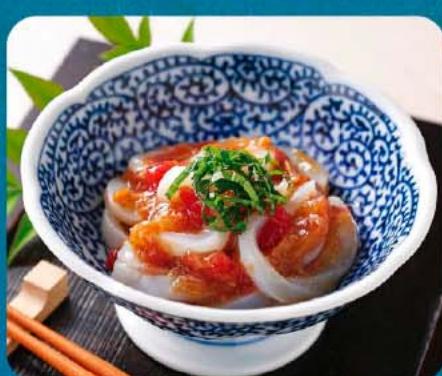
イカの梅なめ茸和え

材料(2人分)

- イカの刺身…80g
- 酒…大さじ1と1/3
- 大葉…3枚
- 梅干し…2個
- なめ茸…大さじ3

作り方

- ①イカの刺身は酒をからめて、水気を切っておく。
- ②大葉は軸を切り落とし、千切りにする。
- ③梅干しは種を取り除き、包丁の背でたたき、
ペースト状にする。
- ④ボウルに①と③、なめ茸を加え、全体を
混ぜ合わせる。器に盛り、②の大葉を散らす。



イカときゅうりのキムチマヨ和え

材料(2人分)

- キムチ…60g
- イカの刺身…60g
- 酒…大さじ1
- きゅうり…1本
- マヨネーズ…大さじ1と1/2
- しょうゆ…小さじ1
- きざみねぎ…適量

作り方

- ①イカの刺身は酒にからめて、水気を切っておく。
- ②きゅうりを半分に切って種を取り除き、
麺棒などでたたいて食べやすい大きさに割る。
- ③ボウルに①と②、キムチを入れ、混ぜ合わせる。
マヨネーズとしょうゆを加え、全体が混ざるように
和える。器に盛り、きざみねぎを散らす。



※店舗・状況により取り扱いのない場合がございます。
※写真・イラストはイメージです。

季彩旬々

ねばねばか
おいしい
夏野菜

オクラ

ややかための食感と独特的の粘り気が
持ち味の夏の旬野菜、オクラ。
くせのない味わいなので、素揚げにピクルス、
スープや炒め物の具、和え物、
きざんで葉味にするなど、和洋中問わず、
幅広く使うことができます。

選び方

- 表面のうぶ毛がきれいに生えそろっているもの
- さやがみずみずしく、全体的に色が濃く鮮やかなもの
- 五角オクラの場合は、角の稜線がはっきりしているもの

保存方法

冷蔵庫で保存する場合は、ポリ袋に入れて野菜室へ。
ただし、乾燥や低温は厳禁なので、なるべく早く食べ切るようにしましょう。
冷凍保存する場合は、塩で板ずりしヘタやガクを除いてからラップで包み、密封できる容器にいれて保存します。

オクラの種類

五角オクラ

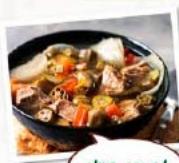
断面が五角形の星形で、収穫量が多く作りやすいので、国内で主流に出回っているのはコレ。長さ3cmほどで早採りした未熟なオクラは「ミニオクラ」として流通する。

赤オクラ

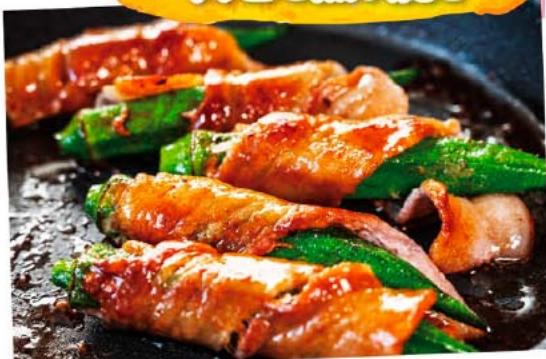
基も実ち赤いオクラ。ゆでると緑色にかわるので、生のまま薄くスライスしてサラダなどに利用される。赤色は色素成分のアントシアニン。

アフリカでは身近な野菜なんです

紀元前2世紀ごろにはエジプトで栽培されていたといわれ、原産地には諸説ありますが、アフリカ北東部を流れる白ナイル川流域には野生のオクラが生えており、オクラという言葉は西アフリカの「ンクンマ(nukrum)」が語源とされています。アフリカではオクラは日常的に食べている野菜のひとつで、シチューのとろみ付けとしてよく使われています。



オクラの肉巻き照り焼き



材料(2人分)

- オクラ…10本
- 豚うす切り肉…10枚
- 塩・こしょう…適量
- 片栗粉…大さじ1
- ごま油…大さじ1/2
- [A]
 - ・酒…大さじ1
 - ・しょうゆ…大さじ1と1/3
 - ・みりん…大さじ1と1/3
 - ・砂糖…小さじ1

作り方

- ①オクラはガクを取り除き、塩もみ(塩は分量外)をしてうぶ毛を取り、さっと水洗いし水気を拭きとる。
- ②豚肉を広げ、塩・こしょうをし、①のオクラに豚肉を巻き付け、全体に片栗粉をうすくまぶす。
- ③フライパンにごま油を入れ中火で熱し、豚肉の巻き終わり側を下にして②を並べて、焼く。
ときどき返しながら、ふたをして全体に焼き色がつくまで蒸し焼きにする。
- ④[A]の調味料を混ぜ合わせ、③に回しかけ、全体に照りが出るまで絡ませる。

材料(2人分)

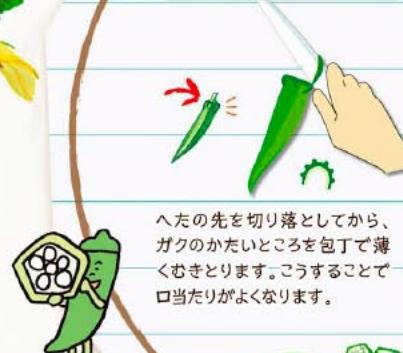
- オクラ…4~5本
- ひじき(水戻し不要)
 - …10g
 - 糸こんにゃく…10g
 - 冷凍枝豆…10g
 - サラダチキン…50g
- にんじん…4cm
- レンコン…25g
- 油揚げ…1/4枚
- ちくわ…1/2本
- サラダ油…大さじ1
- [A]
 - ・酢…大さじ1と1/3
 - ・しょうゆ…大さじ1
 - ・砂糖…小さじ1
 - ・サラダ油…大さじ1

作り方

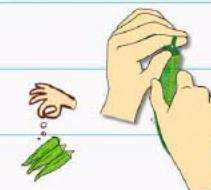
- ①オクラはガクを取り除きさとゆで、1本を3~4等分の斜め切りにする。冷凍枝豆は解凍し、さやから出す。
- ②サラダチキンは1.5cm角に切る。にんじんは千切りに、レンコンは薄い輪切りに、油揚げは5mm幅に、ちくわは薄い輪切りにする。糸こんにゃくは熱湯で湯通しして一口大に切る。
- ③[A]は混ぜ合わせておく。
- ④フライパンにサラダ油を入れ中火で熱し、ひじきと②を入れ、具材に火が通るまで炒める。温かいうちにボウルに移し、①を加えて混ぜ、③で和えて味をなじませる。

オクラの下ごしらえ

ガクの処理

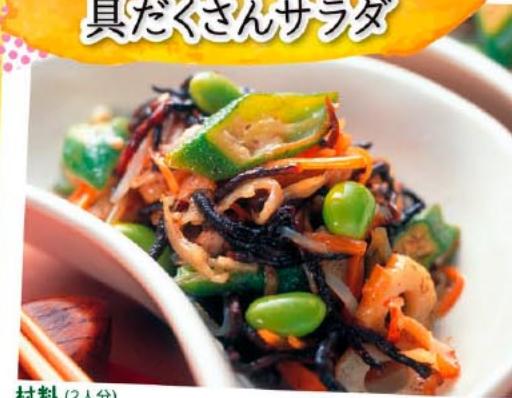


うぶ毛の処理

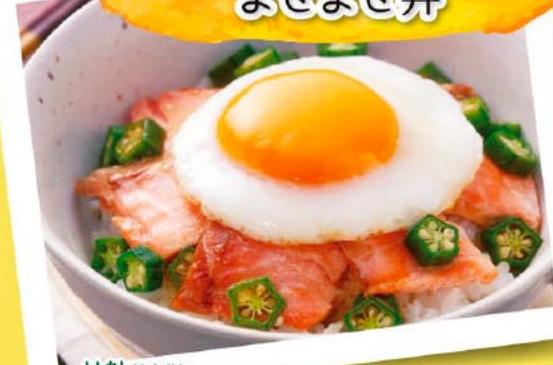


表面のうぶ毛はオクラに塩をふりかけて両手で軽くこすると取れます。煮びたしや和え物などに使うときは、塩がついた状態でたっぷりの熱湯に入れてさっとゆで、冷水にとることで、うぶ毛がとれて色々やかに仕上がります。

オクラとひじきの具だくさんサラダ



きざみオクラのまぜまぜ丼



材料(2人分)

- オクラ…10本
- 白ごはん(温かいもの)
 - …茶碗2杯分
- 卵…2個
- サラダ油…大さじ1/2

作り方

- ①オクラは両端を取り除き、ガクの部分を削ってさとゆで、ざるにあげて冷ます。粗熱がとれたら小口切りにし、ポン酢しようゆである。
- ②フッ素樹脂加工のフライパンを熱し、とろサーモンをさと焼き、両面に軽く火を通す。
- ③②のフライパンにサラダ油を熱し、半熟の目玉焼きを作る。
- ④器に白ごはんを盛り、①②③を盛り付ける。好みでポン酢しようゆをかけ(分量外)、全体を混ぜながらいただく。

ヒロサーモンは魚焼きの網でさと焼きとさらに風味UP!
目玉焼きは温泉卵でもOK。

そうめん

つるつと涼やか、夏の風物詩。

つるつとなめらかで、ひんやりとしたのどごし。
くせがなく、ピュアで纖細な麺は
めんつゆのコクと香氣ある葉味と相まって
心地よく夏の食欲を満たしてくれます。
シンプルなのでアレンジとの相性も抜群です。

つるつとなめらかで、ひんやりとしたのどごし。
くせがなく、ピュアで纖細な麺は
めんつゆのコクと香氣ある葉味と相まって
心地よく夏の食欲を満たしてくれます。

※店舗・状況により取り扱いのない場合がございます。
※写真・イラストはイメージです。

代表的な「ご当地そうめん」



兵庫県 明石市、加古川市、高砂市、福良町、播磨町、西脇市、三木市、小野市、加西市、加東市、多可町、姫路市、神河町、市川町、福崎町、相生市、たつの市、赤穂市、宍粟市、太子町、上郡町、佐用町

赤穂の塩と厳選した小麦粉を原料に、伝統の手延製法でつくれる手延べそうめんで、ブランド名は「播保乃糸」。なめらかで舌触りとのどごしがよく、コシや歯切れのよさとのバランスも秀逸。

日本
盆地
なる
塩で
ん。



「そうめん」と
「ひやむぎ」の違い

原料は同じですが、「そうめん」と「ひやむぎ」は、その太さで呼び名が変わります。かつては一寸の幅に麺線おおよそ24本以上が「そうめん」、18~22本が「ひやむぎ」とされていましたが、現在は以下の定義となっています。

機械製麺の場合

そうめん	ひやむぎ
長径 1.3mm未満	長径 1.3mm以上~1.7mm未満

また、機械ではなく手作業でつくられた手延べ干しめんのうち、長径1.7mm未満のものは「手延べそうめん」または「手延べひやむぎ」と分類されます。

そうめんの
保存方法

湿気のない風通しのよい冷暗所で保存。湿気がある場所やにおいの強いもののそばに置くと、カビの原因になったり風味が劣化するので避けましょう。開封後は密封できる容器や保存袋などに入れて、風通しのよい冷暗所か冷蔵庫で保存します。

【材料】(2人分)

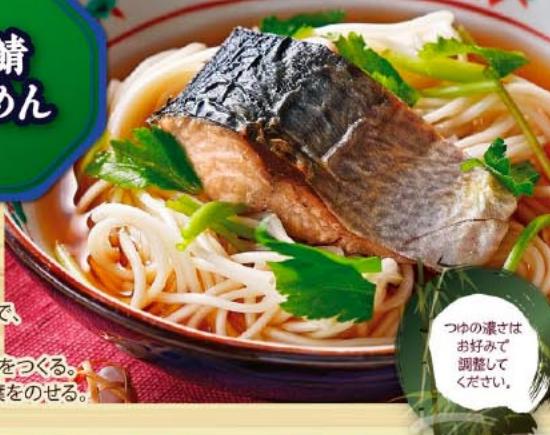
- 生鰯 … 2切
- 三つ葉 … 2~3枚
- そうめん(50g) … 4束
- 濃縮つゆ … 60ml
- 水またはお湯 … 180ml~

【作り方】

- ①生鰯にひとつまみ程度の塩をふり、グリルまたはフライパンで塩焼きにする。
- ②三つ葉は根元を切り落とし、3cm幅に切る。
- ③鍋に湯を沸かし、そうめんをややかためにゆでても洗いをして、水気を切る。
- ④濃縮つゆと水またはお湯を合わせ、かけつゆをつくる。
- ⑤器に③を盛り、④のつゆをかけ、焼鰯と三つ葉をのせる。

焼鰯
そうめん

滋賀・長浜では
おなじみ!



つゆの濃さは
お好みで
調整して
ください。

のっけておいしい!
ぶつかかけそうめん

基本の濃縮めんつゆ とアレンジつゆ

基本の濃縮めんつゆ

材料

(作りやすい分量)

- 削り節 … 20g
- 昆布 … 7~8cm
- しょうゆ … 200ml
- みりん … 200ml
- 酒 … 100ml

1 昆布が長い場合は2~3cm幅に切る。

2 鍋に材料をすべて入れ、中火にかけて煮立たせる。煮立ったら弱火にし、5分ほど煮て火を止め、冷めるまでそのままおく。

3 万能こし器か、厚手のキッチンペーパーを敷いたザルでこし、だしがらは軽くしぶる。

ピッチャーや保存筒に入れて冷蔵庫で保存します。

1か月を目安に使いましょう。

つけつゆにする場合は、濃縮つゆを2倍の水を目安に割ります。かけつゆにする場合は、濃縮つゆを約3~4倍の水で割ります。

水の量はお好みで調整してください。

つけつゆ

濃縮つゆ 1:2 水

かけつゆ

濃縮つゆ 1:3~4 水

トマトつゆ

材料(1人分)

- 濃縮つゆ … 50ml
- 水 … 50ml
- トマト … 1/2個
- ツナ … 1/2缶
- きざんだ大葉、白ごまなど … お好みで

作り方

- ①濃縮つゆと水を混ぜ、つけつゆをつくる。
- ②トマトはへたをとり、7mm~1cm角に切る。ツナは汁気を切る。
- ③①のつゆに②を加えてトマトつゆにする。
お好みで薑味を加える。

海苔キムチつゆ

材料(1人分)

- 濃縮つゆ … 80ml
- 水 … 80ml
- キムチ … 40~50g
- 韓国のり … 適量
- ごま油 … 小さじ1
- 白いりごま … お好みで

作り方

- ①キムチが長い場合は、食べやすい大きさに切る。韓国のは細かく手でちぎる。
- ②ボウルに濃縮つゆ、水、キムチ、ごま油を入れ、混ぜ合わせる。
- ③器に盛り、韓国のはりとお好みで白いりごまを散らす。

温玉納豆つゆ

材料(1人分)

- 納豆 … 1パック
- 濃縮つゆ … 50ml
- 温泉卵 … 1個
- きざみねぎ … お好みで

作り方

- ①濃縮つゆと水を混ぜ、つけつゆをつくる。
- ②納豆を器に入れ、①をかけ、温泉卵をのせる。
- ③お好みできざみねぎを散らす。

濃厚ごまつゆ

材料(1人分)

- 練りごま(白) … 大さじ2と1/2
- 砂糖 … 大さじ2/3~
- 白いりごま … 大さじ1~

作り方

- ボウルに材料を全部入れ、混ぜ合わせる。

砂糖は大きさ2/3~大きさ1と1/2くらいの量を目安にお好みで調整してください。

当店で取り扱いしております

奈良 奈良県桜井市

この手延べそうめん発祥の地。大和にも吹く北風と天日、大和川源流とも清水を活かし、厳選した小麦粉とでつくられる伝統ある手延べそうめん当たりはなめらかでコシがある。

徳島県美馬郡つるぎ町

良質な小麦と、吉野川の清水や四国山脈からの寒風などの自然が育む手延べそうめん。「ひやむぎ」と同じくらい太さがあり、コシが強く、小麦の風味が楽しめる。

当店で取り扱いしております

びりっとさわやか♪
柚子こしょう風味

だし風 そうめん

材料(2人分)

- きゅうり … 1/2本
- オクラ … 2本
- みょうが … 1本
- 大葉 … 4枚
- そうめん(50g) … 2束
- 濃縮つゆ … 60ml
- 冷水 … 180ml~
- 柚子こしょう … 小さじ1
- 白いりごま、七味唐辛子 … お好みで

作り方

- ①オクラはガクを取り除き、塩もみ(塩は分量外)をしてうぶ毛を取り、さっと水洗いし水気を拭きとる。
- ②きゅうりとみょうが、①のオクラは薄い輪切りに、大葉は軸を切り落とし千切りにする。
- ③鍋に湯を沸かし、そうめんをややかためにゆで、もみ洗いをして、水気を切る。
- ④ボウルに②と濃縮つゆ、冷水、柚子こしょうを入れ、混ぜ合わせる。
- ⑤器に③を盛り、④をかける。お好みで白いりごまや七味唐辛子を散らす。

つゆの濃さはお好みで調整してください。

旬の野菜を楽しもう!
夏野菜そうめん

材料(2人分)

- ナス … 1本
- アスパラガス … 2本
- カボチャ … 厚み2cmほど
- ししとう … 2本
- 大根 … 5~6cm
- 揚げ油 … 適量
- そうめん(50g) … 4束
- 濃縮つゆ … 120ml
- 水またはお湯 … 360ml~

作り方

- ①ナスはへたを取り除き、横半分に切ってから4等分のくし切りに、アスパラは根元のかたいところを切り落とし長さを半分に切る。カボチャは横半分に切ってから繊維にそって1cm厚の薄切りに、ししとうはへたを取り除き破裂防止用に包丁で1cmほどの切り込みを入れる。
- ②大根はおろして、水気をきつておく。
- ③160°Cに熱した揚げ油で①の野菜を素揚げにする。
- ④鍋に湯を沸かし、そうめんをややかためにゆで、もみ洗いをして、水気を切る。
- ⑤濃縮つゆと水またはお湯を合わせ、かけつゆをつくる。
- ⑥④を器に盛り、③と②をのせ、⑤をかける。

素揚げにする野菜はお好みなものでどうぞ!

つゆの濃さはお好みで調整してください。

こだわりの逸品
Satake Select

きなこ豚

こだわりの飼料
大豆焙煎きなこ使用！

まるやかで脂に甘みのある肉質

飼料に植物性タンパク質として大豆焙煎きなこを
加えることでアクが少なく甘みのある状態に。
飲み水には都城盆地の良質な「地下水」を与え、
宮崎の穏やかな気候のもとで肥育された豚です。



豊かな霧島の大自然にある
はざま牧場



安全
安心

繁殖から出荷まで一貫生産。
飼育頭数は約70,000頭と国内でも大規模な養豚場です。



ストレスが
少なく健康

旨みコクが
ある肉質

*状況により取り扱いがない場合がございます。※写真・イラストはイメージです。

甘夏ゼリー



材料 (2人分)
甘夏…3個
粉ゼラチン…10g
水(ゼラチン用)…大さじ2
グラニュー糖…大さじ3
ミントの葉…適量

- 1 ゼラチン用の水に粉ゼラチンをふり入れ、ふやかしておく。
- 2 甘夏2個は上から1/3くらいのところでヘタ側を切り落とす。皮と実の境目にナイフまたはスプーンなどを入れ、皮に穴があかないように気をつけながら切り込みを入れ、中身をくり抜く。わたもなるべくこげ取る。皮は冷蔵庫で冷やしておく。
皮は容器として使うので穴があかないように気をつけて!
- 3 ②でくり抜いた果実をしぶり、ジュースをつくる。ジュースと合わせて300mlになるように水(分量外)を足す。
- 4 残りの甘夏の皮と薄皮をむき、果肉を取り出す。
- 5 鍋に③とグラニュー糖を入れ、混ぜながら中火で煮し、砂糖が溶けたら火を止め、①のゼラチンを入れてしっかりと溶かす。
ゼラチンは火を通しすぎると固まらなくなる原因となるので注意!
- 6 ⑤の粗熱をとり、冷蔵庫から取り出した皮に流し入れ、④の果肉も加える。
- 7 冷蔵庫で2時間ほど冷やして固め、ミントの葉を飾る。



甘夏 (はっさく)
夏みかん とは?

ぱっと見、よく似ているこれらは起源や由来がはつきりしない雜柑類に属し、自然交配などで偶然誕生したと思われる日本原産の果実。夏みかんの正式名は「ナツダイダイ」といい、その夏みかんの枝変わり品種が甘夏とされ、夏みかんよりも酸味が少なく食べやすかったことが名前の由来とされています。また、はっさくは文旦の系統と考えられており、汁が少なく果肉がしっかりしているのが特徴。

甘夏
● 夏みかんより甘い
● 皮もなめらか
夏みかん
● 種が多くてすっぱい
● 果皮がごつごつ
はっさく
● 果汁が少ない
● 皮はすべすべ

※写真・イラストはイメージです。

(キトリ線)

マンデークーポン ご利用日 6/24月 当日限り
4,000円以上 (税込)のお買物でご利用になれます。
400円券

ご利用日を確認の上、本券を必ず切り取り、お会計前にレジ係にお渡し下さい。

(キトリ線)

マンデークーポン ご利用日 6/17月 当日限り
3,000円以上 (税込)のお買物でご利用になれます。
300円券

ご利用日を確認の上、本券を必ず切り取り、お会計前にレジ係にお渡し下さい。

(キトリ線)

マンデークーポン 6/10月 当日限り
2,000円以上 (税込)のお買物でご利用になれます。
200円券

ご利用日を確認の上、本券を必ず切り取り、お会計前にレジ係にお渡し下さい。

(キトリ線)

クーポン券をご希望のお客様は、毎月月末レジにて配布致しております。
6/30月 当日限り
1,000円以上 (税込)のお買物でご利用になれます。
100円券

ご利用日を確認の上、本券を必ず切り取り、お会計前にレジ係にお渡し下さい。

次回予告
satake通信
2024.7月号



ミニトマト
真蛸
プリンアラモード

歳時と食

夏越の祓には、**水無月**を
小豆には除けの意味があります

「水無月」とは、白い豆の上に甘く煮た小豆をのせ、三角に切り分けた和菓子のこと。白い部分は氷を模っており、氷の入手が困難な庶民が氷の代わりに暑気払いとして「水無月」を食べたといわれています。

夏越の祓

半年間の穢れを落とし、無病息災を願う日

六月三十日は一年の折り返しの日。茅の輪や稻のわらを束ねて編んだ「茅の輪」と呼ばれ、日々の生活中で溜まっている穢れや罪を落とすため、自身の穢れを移して残りの半年の無病息災を願う「夏越の祓」という行事が全国各地の神社でおこなわれます。また、「人形」を川に流したり火で焚き上げたりするところもあります。

こんなサービス知っていますか?

貸し出し傘

6月になり梅雨のシーズンが到来しました。せっかくの買い物なのに急に雨が降ってきたり、うっかり家に傘を忘れたり…。そんな時は従業員にお声掛け下さい。佐竹グループでは無料の貸し出し傘をご用意しております。

お貸しした傘はまたのご来店時にお返しいただければ大丈夫です。雨の日でも安心してお買い物できるように、より良いサービスを提供できるよう努めてまいります。

satake川柳応募方法

郵便はがきにて、下記の内容をご明記の上、ご応募ください。

- 郵便番号 ○ご住所
- お名前 ○年齢 ○ご職業
- 今月の川柳
- 川柳用のペンネーム
- ご利用店舗
- satakeへのご意見・ご要望
- 応募券 (テープ等でしっかりと貼り付けてください)

(応募先)
〒564-0027
大阪府吹田市朝日町14-19
「satake通信」係

消費税の改定に伴い、郵便料金が変更しています。
変更前の通常はがきを使用する場合は、差額分の郵便切手を貼り足して投函をお願いします。

おかげさまで大好評!

satake川柳

みなさまの作品募集中です!

審査は川柳素人のsatakeスタッフがおこないますので、おもしろさやセンスのよさ、日常が覗える心温まる作品など、ピッピっときた感覚で選ばせていただきます。今月のお題作品は8月号で発表となります。応募方法をご確認の上、お気軽にご応募ください。たくさんのご応募お待ちしております!

satake通信紙面のこのコーナーで発表 & 3,000円相当のお買い物商品券プレゼント!

出掛ける前にお茶のんで 湯呑みから 香り際立つ お茶へど お茶もいっしょに 衣替え

熱中症 まめ太郎さん(51歳) あまさん(32歳) あまさん(44歳) まめ太郎さん(69歳) ヨツコちゃんさん(75歳)

たくさんのご応募 ありがとうございました!

我が家では妻には言えないオーアーお茶! 初デートお茶だけ飲んでさようなら

旧料金の通常はがき(62円)を使う場合は1円分の切手を貼って63円にして出してね!

(応募締切) 6月15日(土) 当日消印有効

(当選発表) satake通信8月号紙面にて発表いたします。

辛い料理

辛い料理お題

川柳好きな方もどうぞ! 応募ください!

※応募作品の著作権および使用の権利は、佐竹食品株式会社に帰属します。また、応募作品は返却いたしませんので、ご了承ください。

※応募作品は未発表のものに限ります。

個人情報の取り扱いについてご応募いただいた情報は、発送業務・ご意見の把握のみに使用し、他の目的には一切使用いたしません。

satake通信6月号応募券

国や自治体からの要請がある場合、クーポンの使用が不可となることがあります。

マンデークーポン

レシート1枚につき3,000円以上のお買い物でご利用になれます。300円券

本券はFoods Market satake対象店舗にて、表面に掲載されている期間・条件にて1枚ご利用いただけます。

■お買い物の際、お会計前に本クーポン券をレジ係にお渡しください。(必ず切り取ってお持ち下さい。) ■本券は換金及び現金化することはできません。■一部除外品がございます。(例: 煙草・宅配便・金券等) ■本券は表面に記載されている当日限り有効となります。該当日を過ぎた場合は無効となります。■一度に複数枚の使用はできません。(本券のご利用は1回のお買い上げにつき、1枚のみ有効です。)

マンデークーポン

レシート1枚につき4,000円以上のお買い物でご利用になれます。400円券

本券はFoods Market satake対象店舗にて、表面に掲載されている期間・条件にて1枚ご利用いただけます。

■お買い物の際、お会計前に本クーポン券をレジ係にお渡しください。(必ず切り取ってお持ち下さい。) ■本券は換金及び現金化することはできません。■一部除外品がございます。(例: 煙草・宅配便・金券等) ■本券は表面に記載されている当日限り有効となります。該当日を過ぎた場合は無効となります。■一度に複数枚の使用はできません。(本券のご利用は1回のお買い上げにつき、1枚のみ有効です。)

SAMPLE

レシート1枚につき1,000円以上のお買

クーポン券をご希望のお客様は、毎月月末レジにて配布致しております。詳しく述べてサービスカウンターでご確認ください。

200円券

本券はFoods Market satake対象店舗にて、表面に掲載されている期間・条件にて1枚ご利用いただけます。

■お買い物の際、お会計前に本クーポン券をレジ係にお渡しください。(必ず切り取ってお持ち下さい。) ■本券は換金及び現金化することはできません。■一部除外品がございます。(例: 煙草・宅配便・金券等) ■本券は表面に記載されている当日限り有効となります。該当日を過ぎた場合は無効となります。■一度に複数枚の使用はできません。(本券のご利用は1回のお買い上げにつき、1枚のみ有効です。)

対象店舗 (Foods Market satake)

朝日町本店 / 千里丘駅前店 / 西駅前店 / 久宝寺駅前店 / コア古川橋店 / 大池店 / 梶町店 / 寝屋川店 / 岸辺駅前店 / 幸平屋店 / 新千葉店 / 新里店 / 新大阪店 / 摩耶駅前店

※業務スーパー TAKENOKO ではご使用になれません。