

幸せを願う、春のごちそう。



嬉しい
大きさ！
2~3人前

新鮮なまぐろやサーモン、いかやえびを贅沢に盛り付けた海鮮ちらし寿司。彩り豊かなネタと酢飯の絶妙なハーモニーをお楽しみください。

3/1日▶3火
海鮮ちらし寿司(本価) **2,280円**
(いんどり) (1パック) 税込価格 2,462円



鮮度自信！華やかの食卓にぴったりの一品です。
旬彩握り寿司盛合せ(本価) **1,680円**
中とろ入(ウニいくら入) (7貫入)(1パック) 税込価格 1,814円



季節の魚介刺身盛合せ(本価) **980円**
(4点盛)(1パック) 税込価格 1,058円
※写真は一例です。



3/1日▶3火
干製貝産等(本価) **298円**
活はまぐり(100g当り) 税込価格 321円

Delica

あさ11時から販売

ちよっと大人なひなまつり♪



豊かな
味わいが
ひと皿に。

3/1日
BLANDEハルセレクション(本価) **1,380円**
(ミート)(1パック) 税込価格 1,490円
BLANDE限定の亜麻仁の恵み鶏のフライドチキンとホトセを組み合わせた人気セット。
3/1日▶3火
亜麻仁の恵み鶏の(本価) **680円**
フライドチキン&ホトセセット(1パック) 税込価格 734円



日常に、ひとさじの贅沢を。

長製熟成ハム「はなもなま」は特製のソーシング(ペッパー・モルタル)をふりかけます。長期熟成12ヶ月生ハムです。
育雛堂(本価) **798円**
・シャルキュトリセレクション(各1パック) 税込価格 861円

厳選しているフレッシュな地元産鶏肉を使用し、丁寧に時間をかけて製造しています。
下館工房(本価) **598円**
・あらびきウインナー(各1パック) 税込価格 645円
・ガーリックウインナー(各1パック) 税込価格 598円
・チヨリソ(各1パック) 税込価格 645円

おいしさだけでなく栄養にもこだわった「亜麻仁の恵み®」
鶏肉とアスパラガスのアクアパッツァ風(本価) **178円**
亜麻仁の恵み鶏(100g当り) 税込価格 192円
調理時間 約15分
レシピはこちら

旬の味わい 勢ぞろい♪

“推し”が見つかるいちごマルシェ



いちごの価格は店頭にてご確認ください！

ほどよい水分で味が濃く、ジューシーで甘味が強いいちごです。
茨城県産 いばらキッス

甘みと酸味と香りのバランスがよい品種です。
栃木県産 スカイベリー

甘みが強く、まろやかな酸味があり、風味の良いいちごです。
茨城県産等 やよいひめ

ツヤがよく、やや酸味が少なく、糖度が高い品種です。
福岡県産 あまおう



完熟いちごたっぷり！(本価) **398円**
いちごのタルト(小1点) 税込価格 429円

今が味の旬♪



トマト本来の旨味が特徴の「アイコ」と非常に甘みが強い「甘っこ」

アイコ&甘っこ
■アイコ
甘味と酸味のバランスが良く、ぎゅっと締まった果肉は食べ応えがあります。
■甘っこ
その名の通り高糖度で、しっとりとした肉質が特徴のフルーツ感覚で食べられるトマトです。

ミックスフルーツトマト(本価) **348円**
(各1パック) 税込価格 375円
めぐるん、フラガール、アップルベリー、プレミアム、きんぐ、クラウドアイなど、人気の品種をミックスしました。
※トマトの品種は天候等により、一部変更となる場合がございます。



又みつきになる味わい♪
あまひく美味しき！誘引品種の「もももらうトマト」
完熟商品 産直 センピン娘(下マト)1袋(本価) **450円** 税込価格 486円
完熟商品 産直 高ひきき トマト(1袋) (本価) **498円** 税込価格 537円

12種の野菜とグリーンキウイの海鮮サラダ(本価) **498円** (各1パック) 税込価格 537円
完熟商品 産直 ハーブ産直のベビーレフ(1パック) (本価) **198円** 税込価格 213円

Sweets スイーツ



繊細な口どけに、果実の彩りを添えました。心ほだけるひとときのお供に。

いちご 今が旬の美味しいいちごを盛り付け
バナナ 食べ頃バナナを盛り付け
みぞれ フレッシュな果物を盛り付け
マロン 箕野栗ペーストを使用した濃厚な味わい
シフォンサンド(いちご・バナナ・ミックスフルーツ)(1点) (本価) **498円** 税込価格 537円
シフォンサンド(マロン)(1点) (本価) **580円** 税込価格 626円



プラスこうじ

花

毎日の生活に
花をプラス

おいしくて、カラダにも嬉しい。
「花」で引き立つ春の味わい。

お惣菜
コーナー

あさ11時から販売

NEW

花日和の 発芽玄米弁当

つくば並木店・研究学園店 限定

醤油焼つくね

鶏むね肉醤油焼

素材の旨味を引き出す醤油焼と、食物繊維を豊富に含んだ発芽玄米。体を労わるお弁当です。

【花日和】
・醤油焼つくねの発芽玄米弁当
・鶏むね肉醤油焼の発芽玄米弁当
(各1パック)

(本体価格) 各 **698円** (税込価格) **各753円**

玉ねぎたっぷりの鶏豚ひき肉を茄子に挟み、オープンで焼いてから生醤油焼をかけた。

生しょうゆ焼で食べる
なすのひき肉はざみ焼き
(1パック)

(本体価格) **198円** (税込価格) **213円**

生の玉ねぎを1冊まるごと使って生醤油焼をかけてオープンで焼きました。

まるごと玉ねぎの生しょうゆ焼焼き
(1パック)

(本体価格) **250円** (税込価格) **270円**

3種類のリーフレタスと、たっぷり肉のローストポーク、醤油焼のドレッシングでお楽しみください。

ローストポークサラダ
生しょうゆ焼ドレッシング
(1パック)

(本体価格) **398円** (税込価格) **429円**

春の香り、春の色。
旬の味覚をたっぷり。

お惣菜
コーナー

あさ11時から販売



NEW

そら豆・竹の子のおこわと、BLANDE人気の
おかずを盛り込みました。

亜麻仁の恵み粥
西京焼き

餃子産の
いわし電田揚げ

3月毎週
土・日限定

季節のおこわ幕の内弁当
(1パック)
(本体価格) **798円** (税込価格) **861円**

店内で蒸し上げた赤飯と、
そら豆・竹の子のおこわが楽しめます。

店内蒸しおこわ2点盛
(赤飯・そら豆竹の子)
(1パック)

(本体価格) **398円** (税込価格) **429円**



NEW

スティックセニョール
(ロングブロック)に
鶏肉を巻いて天ぷらにしました。
おつまみにぴったりです。

スティック
セニョールの
鶏肉巻き天ぷら
(1パック)

(本体価格) **298円** (税込価格) **321円**

餃子でとれた
さばのみを使用した
みくら肉肉の
電田揚げ

餃子産さばの
電田揚げ
(100g当り)

(本体価格) **330円** (税込価格) **356円**



店内で豚ロース肉に大葉とチーズを
巻いてパン粉をつけて揚げました。

ミルクフィユ
大葉チーズカツ
(1パック)

(本体価格) **398円** (税込価格) **429円**



下野農園
SHIMIZU FARM

地産地消にこだわる
産直の野菜を収穫する
レストラン



NEW

木の芽が
爽やかに香る
春のサラダです。

節とじゃがいもの
木の芽サラダ
(1パック)

(本体価格) **368円** (税込価格) **397円**

超グラノラの食感が
楽しい、タンパク質の
摂れるサラダです。

鶏肉と超グラノラの
パワースラダ(1パック)

(本体価格) **428円** (税込価格) **462円**

Bakery

あさ11時から販売

焼きたてのおいしさ、お届けします。

サクサクのデニッシュ生地にカスタードと
クリームチーズをのせて焼き上げました。



北海道クリームチーズ
ペストリー(1コ)

(本体価格) **250円** (税込価格) **270円**

生地にアーモンド、ミックスフルーツ、
グラニュー糖を混ぜ合わせ、
香ばしくカリッと焼き上げました。



ミックス
ドライフルーツの
クロックン(1コ)

(本体価格) **200円** (税込価格) **216円**

くるみ入りの生地にツナ、玉葱、
マヨネーズをのせて焼き込みました。



くるみとツナと
オニオンのパン(1コ)

(本体価格) **250円** (税込価格) **270円**



ウイナー
ディアラ(1コ)

(本体価格) **258円** (税込価格) **278円**



サクサクとした食感の生地に
カスタードと甘酸っぱいダークチェリーを
のせました。

ダークチェリーペストリー
(1コ)

(本体価格) **250円** (税込価格) **270円**



アミーチ監修
BLANDE 店内
焼きたてピッツァ

絶対的定番の美味しさ。
トマト、モッツァレラチーズ、
バジルのハーモニー。

マルゲリータ
(1枚)

(本体価格) **980円** (税込価格) **1,058円**



Cafe

おいしさかつろぎ、
どちらもそろえてお待ちしております。



サクサクのクッキー生地をまどわせて
シューを香ばしく焼き上げ、
なめらかなカスタードを注ぎました。

クッキーシュー
(カスタード)
(1コ)

(本体価格) **200円** (税込価格) **216円**



MISATO店
オリス条線系町店
限定

カフェアメリカノ
(S)

(本体価格) **350円** (税込価格) **385円**

※テイクアウトの場合は
軽減税率8%となります。



MISATO店
つくば並木店・研究学園店
限定

茄子と完熟トマトの
パスタ

(本体価格) **980円** (税込価格) **1,078円**

※テイクアウトの場合は
軽減税率8%となります。

※こちらの商品は、なくなり次第終了となります。

※写真はすべてイメージです。商品の一部が変更になる場合がございます。

New!
新登場

カスタードにこだわった
シュークリームと
エクレアが新登場。

Point/



Point/



- 卵風味豊かな自家製カスタードに北海道産生クリームをブレンド。
- 生地にコーティングしたパリッと食感のチョコレートがアクセント。

パティスリーテラス
こだわり
カスタードクリームの
エクレア (本価) **138円**
税込価格 149円

パティスリーテラス
こだわり
カスタードとホイップの
シュークリーム (本価) **138円**
税込価格 149円

- 北海道産生クリームをブレンドしたコクのある生クリーム使用。
- 卵風味豊かなカスタードにパナラシード入りの自家製。

3/20(金)・21(土)



元祖くず餅 船橋屋

手土産のセンスがひかる上質な老舗の味わい
江戸から続く味「くず餅」を今に伝え、どこか懐かし、ほっとする日本の良さを次世代に繋げていく想いで「美味しい」と言っていただけなくず餅を提供し続けております。

売り切り
じまい

220年守り続ける製法
和菓子唯一の発酵食品 (増粘剤や保存料など不使用)

出来立てをそのままお召し上がり頂くために、消費期限はわずか2日間。刹那の幸福のためにかけられたこの時間を、220年経った今も大切にしています。



船橋屋
くず餅中箱 (36切れ) (本価) **973円**
税込価格 1,050円

船橋屋
くず餅小箱 (24切れ) (本価) **834円**
税込価格 900円

船橋屋
あんみつ (本価) **519円**
税込価格 560円

船橋屋
白玉あんみつ (本価) **584円**
税込価格 630円

船橋屋
豆羹天 (本価) **510円**
税込価格 550円

Liquor BLANDE ソムリエの、今月おすすめのお酒 & コラム

その1

3月3日は桃の節句
「ひなまつり」
『白酒=甘酒』
というのは
実は間違い?

「白酒」とは、どんなお酒?
みりんや焼酎などに、蒸したもち米や米麹を入れ、約1ヶ月熟成させたものを、軽くすりつぶして造ったお酒です。
白酒=立派なお酒になります。
(白酒はお酒ですので、家庭で作ってはいけませんよ!)
※甘酒=アルコールなし

この日本酒がおすすめ



うっすらと霞のように霞うすく染み渡る。奥に二次発酵ならではの旨味とフルーティな吟醸香。爽やかなうすにごりタイプ。薄く蒸すことで、米の旨味と甘みをしっかり堪能できるスパークリング。
日本酒スーパーキングにごりタイプ
七旗スパークリング 山ノ内酒造 (720ml・清酒) 本価 **1,940円**
税込価格 2,134円



今は日本酒(特ににごり酒)で桃の節句を愉しむ方も増えていますので、是非いかがでしょうか!

その2

卒業や職場の異動が多い時期
お花と一緒に
お酒を贈るのは
いかが?

異動や卒業祝いの予算は?
相手に気を遣わせるのがマナー。水引は「紅白蝶結び」を選びましょう。表書きには注意が必要です。
異動や転勤は「御礼」「感謝」「謹言(きんげん)」卒業は「御祝」
卒業は「御祝」
【注意が必要】
※「御祝」は、本来目上の人から目下の人へ贈る言葉とされています。贈る相手は目上であれば、プレゼントには「御礼」とするのが無難です。

のしはつけましょう。
お酒を贈る際は、のし紙を掛けるのがマナー。水引は「紅白蝶結び」を選びましょう。表書きには注意が必要です。
異動や転勤は「御礼」「感謝」「謹言(きんげん)」卒業は「御祝」
卒業は「御祝」
【注意が必要】
※「御祝」は、本来目上の人から目下の人へ贈る言葉とされています。贈る相手は目上であれば、プレゼントには「御礼」とするのが無難です。

相手の好みやタイプに合わせて選びましょう。
日本酒
「八海山」など、知名度が高く、「良いお酒をもらった」という満足感を与えやすい「間違いのない銘柄」から選ぶとみて下さい。
特に「純米大吟醸」「大吟醸」クラスを選べば、ギフトとしての格がたつ。
ワイン
生まれ年のヴァンテージワインや、紅白のセトワインなどが縁起が良く人気!色々な味を楽しめるミニボトルのセットも良いですね。
【注意が必要】
※「御祝」は、本来目上の人から目下の人へ贈る言葉とされています。贈る相手は目上であれば、プレゼントには「御礼」とするのが無難です。



日本酒ならコレ!

細かまるやかで繊細な味わいに、旨のみに感じる上品な甘みがある料理を引き立てる、少し高級な食中酒です。
日本酒大吟醸 八海山 (720ml) (本価) **2,130円**
税込価格 2,343円

スパークリングワインならコレ!

フランス正産物法になるだけでなく、ヨーロッパ各国の正産物に認定される。モエ・エシャントンが手掛けた、フレッシュで甘味を味わいが魅力的なクラウ・アンペリア。
スパークリングワイン白ワインシャンパン 白口
イタリヤ産 フレッシュ DOC (750ml) (本価) **3,580円**
税込価格 3,938円

このほかにもウイスキーや焼酎、ビールもおすすり!色紙の代わりに、ボトルに直接メッセージを書いてプレゼントするのもアリです!飲み終わったボトルを、記念に飾ることもできますね!

明るいルビー色、華やかなバラの香りと芳醇なフルーツの香りが印象的。フレッシュな、赤いベリー系のフルーツを詰め込んだような味わい。すっきりとした爽やかな後味。
特選スパークリングワイン 白口
オランダ産白ワイン 白口
ランブルスコ ロッソ (750ml) (本価) **980円**
税込価格 1,078円

Customer's voice 今月のお客さまの声

「ヨーグルトの種類がとても豊富で、選ぶ楽しさがあります。」
「魚の鮮度が良く、原材料にもこだわった商品が多く、とても満足しています。」
「つみれ汁がとても美味しく、いつも購入しています。」



貴重なご意見・お褒めの言葉をいただきありがとうございます。
Scan&Goアプリでのお買い物後、アンケート画面が表示されます。商品の感想、こんな商品を取り扱って欲しいなど、あなたの声をお聞かせください。

Scan&Goアプリのお買い物でおトク!

Scan&Goアプリのお買い物でどちらか好きな方のポイントを貯めることができます!

WAON POINT 基本ポイント **200円(税抜)で1ポイント** または POINT 基本ポイント **100円(税抜)で1ポイント**

WAON POINT はずっと! **200円(税抜)で2ポイント**
カスミでのお買い物 **200円(税抜)で1ポイント**のところ

WAON POINT 選択の方はオトク!
3月31日まで 日曜日 雨の日 雨の日こそお得!
Scan&Goアプリご利用の方全員に **5倍** WAON POINT
WAON POINT **100**ポイント かんたん決済

木曜日 BLANDE Prime 会員様感謝デー
WAON POINT **200円(税抜)で1ポイントの20倍** POINT **100円(税抜)で1ポイントの10倍**

※特典、企画内容は予告なく変更になる場合がございます。詳しくは店内ポスター・店内配布のリーフレットをご覧ください。インフォメーションまたはレジ係員までお尋ねください。

BLANDE つくば並木店
開催日 3/17(火) 参加費 無料
「いま」の食事が「未来」のあなたをつくる! 食事のポイントを管理栄養士がご紹介
カスミ・ウエルシア・つくば市のコラボイベント
健康栄養サロン
テーマ 「骨粗しょう症予防」骨を元気に保つ「コツ」
★体組成・血圧計・握力計・骨健康度
測定会 10:00~11:45 (15分毎に定員3人) 栄養講話に参加の方 試食(立食)・プレゼントあり
時間 栄養講話 10:20~11:00 (各回定員15人)
開催日 前日まで電話でお申し込みください(空きがある場合、当日参加もOK) 申込み・問合せ先 つくば保健部 健康増進課 TEL 029-883-1111 (代表) (平日8:45~16:30) 共催: (株)カスミウエルシア薬局(株)

BLANDE 研究学園店
研究学園店 キッキングスタジオ 参加者募集中!
BLANDEで学べる、体験できる料理イベント!
クッキングスタジオでは、様々なテーマの料理イベントを開催! 管理栄養士や人気シェフなどが皆様の食卓づくりをサポート。栄養バランスを考えたメニューから本格料理まで様々な講座をご用意しています。忙しい日常を少し忘れて、私たちと一緒に料理を学びませんか? ぜひご参加ください!
Scan&Goアプリでのお買い物後、アンケート画面が表示されます。商品の感想、こんな商品を取り扱って欲しいなど、あなたの声をお聞かせください。