

<https://ichizen.tv>

一膳 | 検索

ご案内

◆日替り弁当のご注文・変更等は当日午前9時15分まで、ご予約商品のご注文・変更等は、前営業日午後1時までにお願ひします。お弁当は食品衛生上午後2時までにお召し上がりください。各種商品は食材入手の関係上、献立内容が変更する場合がございます。当社は石川県産産物こしひかり100%を使用しております。

HACCP工場で作る安心安全なお弁当  
いつでも愛される味を



当日9:15

# ヘルシー膳

## ¥540

税込

注文・変更の締め切り:当日9時15分まで  
<カロリー、塩分>表記は、おかずのみの値(ごはん:  
並351kcal、大468kcal、小281kcal)

■11月25日(月)  
<346kcal 2.5g>  
・じゃが芋と  
あさりの旨煮 **ホクホク  
じゃがいも**  
・春巻  
・焼き野菜つくね  
・小松菜の和え物  
・ひき肉とマカロニのソテー

■11月26日(火)  
<386kcal 3.3g>  
・五目ご飯  
・メンチカツデミソース  
・絹ごし揚げの煮物  
・春雨サラダ  
・白菜のバター炒め

■11月27日(水)  
<329kcal 2.3g>  
・豆腐のすき焼き風  
玉子とじ **ホットする  
優しい味**  
・えびカツ  
・さばの塩焼き  
・ほうれん草のサラダ  
・野菜炒め

■11月28日(木)  
<330kcal 2.8g>  
・チキンカレー  
・ポテトコロッケ  
・たちおの照焼き  
・チンゲン菜と  
竹輪の和え物  
・キャベツの煮浸し

■11月29日(金)  
<411kcal 3.3g>  
・白身フライ和風  
タルタルソース  
・豆腐ハンバーグ  
・大根なます  
・れんこんの味噌煮

■11月30日(土)  
<412kcal 3.3g>  
・ハンバーグおろしポン酢  
・明太マヨオムレツ  
・ポテトサラダ  
・イカカツ

■12月2日(月)  
<374kcal 2.9g>  
・かにグラタンフライと  
海鮮ステーキ  
・ピリ辛そば **冬に  
ぴったり**  
・ほうれん草の  
中華サラダ  
・ピーマンと竹輪の炒り煮

■12月3日(火)  
<390kcal 3.2g>  
・厚切りハムカツ  
・イカハンバーグ  
・小松菜の和え物  
・たこ八の煮物

■12月4日(水)  
<334kcal 3.1g>  
・南瓜のそぼろかけ  
・フィッシュフライ  
・焼き味噌つくね  
・大根の酢の物  
・白菜の中華炒め

■12月5日(木)  
クレイン金沢  
お弁当を食べて  
**乗馬へ行こう**  
キャンペーン  
詳しくは裏面を

■12月6日(金)  
<289kcal 2.7g>  
・鶏野菜味噌鍋風  
・バターコーンコロッケ  
・ほっけ塩焼き **地元の味**  
・チンゲン菜の  
サラダ  
・キャベツのソテー

■12月7日(土)  
<372kcal 2.9g>  
・韓国風炒め  
・チキンピカタ  
・ふんわり豆腐寄せ  
・青菜のサラダ  
・焼きさつま揚げ

野菜と大豆を豊富に使用し、  
一食600kcal前後に設定したお弁当



予約

# 健康膳

## ¥690

税込

注文・変更の締め切り:前営業日13時まで  
健康膳はオカズ・ごはんのセット販売のみ  
<カロリー、塩分>表記は、オカズとごはんのセットの値

■11月25日(月)  
<598kcal 2.2g>  
・発芽玄米  
・豚肉とナッツの炒め物  
・角揚げの煮物  
・じゃが芋と  
ベーコンのソテー  
・ほうれん草の和え物  
・白菜の味噌煮

■11月26日(火)  
<593kcal 2.9g>  
・麦飯 **海鮮の  
旨味**  
・海鮮の八宝あんかけ  
・かれの照焼き  
・春雨サラダ  
・大根のピリ辛煮  
・大豆のマリネ

■11月27日(水)  
<589kcal 2.3g>  
・十六穀米  
・ほっけの南蛮漬け  
・パンクキッシュ  
・いんげんの炒り煮  
・れんこんの和え物  
・小松菜のサラダ

■11月28日(木)  
<601kcal 2.2g>  
・黒米  
・牛肉の生姜煮  
・青魚の塩焼き  
・大根といかの炒め物  
・ごぼうサラダ  
・もやしの和え物

■11月29日(金)  
<608kcal 3.1g>  
・五穀米 **根菜で温活**  
・根菜ハンバーグ  
和風ソース  
・ちぎり揚げの煮物  
・チンゲン菜と卵の炒め物  
・マカロニサラダ  
・新豆腐のふわふわ揚げ

■11月30日(土)  
<598kcal 3.0g>  
・赤魚のドレッシングかけ  
・つくね巻  
・がんもの煮物  
・大根の酢の物  
・小松菜の浸し

■12月2日(月)  
<589kcal 2.1g>  
・発芽玄米  
・たらきのこがけ **旬のきのこで  
免疫力UP**  
・牛肉じゃが  
・しゅうまい  
・白菜のサラダ  
・菜の花の和え物

■12月3日(火)  
<622kcal 2.3g>  
・麦飯  
・牛肉の赤ワイン煮  
・ふんわり豆腐寄せ  
・里芋の味噌煮  
・カリフラワーのサラダ  
・ほうれん草の和え物

■12月4日(水)  
<585kcal 2.5g>  
・十六穀米  
・えびの天ぷら **豪華  
2本入り**  
・つくね巻  
・大豆の煮物  
・小松菜のごま和え  
・野菜炒め

■12月5日(木)  
<620kcal 2.6g>  
・黒米  
・鶏肉の照焼き **定番  
おかず**  
・春巻  
・さつま揚げの煮物  
・さつまいもの  
バターソテー  
・キャベツの中華和え

■12月6日(金)  
<613kcal 2.7g>  
・五穀米  
・焼きあじの南蛮漬  
・肉団子とかぶの煮物  
・マカロニサラダ  
・いんげんのごまサラダ  
・もやしの和え物

■12月7日(土)  
<618kcal 2.5g>  
・鶏肉と白菜の味噌炒め  
・しんじょう  
・明太マヨオムレツ  
・チンゲン菜の  
和風サラダ  
・れんこんサラダ

あつあつのお鍋を目の前で  
さむ〜い時期にうれしい一人用お鍋



予約

# 季節膳

## ¥650

税込

鍋のみ(ごはんなし) **¥510** 税込

季節膳は曜日替わりの献立内容となります。ご注文・変更等は、前営業日13時までにお願ひします



月曜日

## 鍋焼きうどん

和風だしの鍋焼きうどんと海老天、たまごをあつあつしてお召し上がりください。メにごはんを入れるのが美味!

内容:うどん、海老天、たまご、かまぼこ、しいたけ、一味唐辛子、だしつゆ



火曜日

## すき焼き

牛肉の旨みと甘辛たれを煮込んで、焼き豆腐、しらたき、ねぎを堪能ください。すき焼きは不動の一番人気です。

内容:牛肉、焼き豆腐、しいたけ、うどん、タレつゆ ※水は不要です



水曜日

## カレーうどん

豚肉と玉ねぎをじっくり炒め、コクのある和風だしと合わせて煮込みます。うどんが最高に旨い!メはやっぱりごはんを!

内容:うどん、かまぼこ、豚肉、玉ねぎ、にんじん、カレーだし



木曜日

## ごま豆乳なべ

豚肉と白菜をたっぷり入れ、豆乳スープでじっくり煮込みます。あつあつさっぱりの中にコクのある旨味をお楽しみください。

内容:豚肉、白菜、豆腐、水餃子、油揚げ、しいたけ、うどん、だしつゆ



金曜日

## 煮込みラーメン 白湯

白濁バイタンスープがあつさりながら、旨みが口広がるおかわりしたくなるラーメンです。

内容:ラーメン、チャーシュー、キャベツ、たまご、ニラ、メンマ、スープ



なべ膳の美味しい食べ方  
商品を開封し、具材とだしつゆを取り出し、だしつゆを入れ、お湯を注ぎます。(※すき焼きはお湯不要) 5~10分煮込みます。途中で焦げないように攪拌し、具材に火が通ればできあがり。締めにごはんを入れておじやにするのも美味です。



季節膳について  
商品は予約制となります。前営業日 13 時までにご注文ください。固形燃料を使用しますので火気に十分ご注意ください。おなべの残りスープの廃棄にご協力ください。当社では安全性に留意するため、生肉での提供は行っておりません。



クオリティランチグループが提供する置き型社員食堂  
オフィス L-BOX は新しいスタイルの福利厚生

# 200円ランチ

はじめませんか

このような悩みをオフィス L-BOX  
で解決します

- ★ 福利厚生をもっと充実させたい
- ★ スタッフの食事管理を行いたい
- ★ 時間を気にせず食事がしたい

オフィス L-BOX はこんな業務改善ができる  
便利なサービスです

- ★ 置き型のため、発注や管理が不要
- ★ 個人のスマホ決済なら総務の業務削減に
- ★ 管理者画面から履歴確認・CSV 出力可能

最適なプランを  
ご提案します

商品 8 種 60 品目以上、導入費用 ¥0、月額費用 ¥8,750 より

ウェブから  
詳細を確認



冷凍庫から商品を取り出し  
温めて食べるだけ



注文書	せんれい小松	11/25 月	11/26 火	11/27 水	11/28 木	11/29 金	11/30 土	12/2 月	12/3 火	12/4 水	12/5 木	12/6 金	12/7 土	お客様名
ヘルシー膳														
季節膳														
健康膳														
														ご注文所
														電話番号

## おいしいお米を販売中!

当社では能登産こしひかり(10kg)を販売中  
です。おいしいお米をご自宅で  
いかがですか。  
詳しくはうら面をご覧ください。



提供/中橋商事

スタッフ様への福利厚生にいかがでしょうか?

# みんなで乗馬へ行こう

馬に触れて仕事の疲れを癒すひと時を

12/5 (木)のお弁当をご注文で、もれなく乗馬体験スクール優待クーポンをプレゼント!



クーポン有効期限: 2025年2月28日  
 スクール料金: 1,100円 (装備レンタル料・保険料として1,860円必要)  
 参加対象: 小学1年生~70代の方 (1度の参加はご家族2名まで)  
 所要時間: 90分 (騎乗時間 20分)

【動物取扱業登録】種別/展示 登録番号/第106E001号 登録年月日/有効期間/平成18年12月4日・令和8年12月3日 動物取扱責任者/大久保佳代

12月5日木曜日のお弁当をご注文でヴィテン乗馬クラブクレイン金沢の乗馬体験スクールの優待クーポンをお届けいたします。さらに、クーポンを利用し乗馬体験スクールに参加すると、先着30名様にラッキーアイテムと話題の馬の蹄鉄がもらえるチャンス!

馬の蹄鉄は、実際に使用していた物で使用済みとなった後、再度磨きをかけ塗装しています。世界にたったひとつの蹄鉄です。

- 12月5日(木)のお弁当内容
- あさりと春雨の中華蒸し ●甘辛ささみフライ ●白揚げ天の煮物
  - 大根のわさびマヨ和え ●高菜饅頭 <348kcal 2.6g>



先着30名プレゼント

ホースヒーリングで心と身体のリフレッシュ



**ヴィテン乗馬クラブ・クレイン金沢**



住 金沢市粟崎浜町1-7 休 火曜日  
 ☎ 076-239-0009 12/31 ~ 1/2

information  
 屋内練習場完備で雨や雪の日でも体験可能

**高級「生」食パン専門店** 乃が美

販売日: 11・12月限定毎週金曜日 ※12/20が年内最終  
 予約締切: お届け日2営業日前13時  
 販売数: 各100本限定/日  
 賞味期限: お届け日より3日

創業時の「黄金比率」で品質が進化



創業時の「黄金比率」で品質が進化

高級「生」食パン

創業 乃が美

¥1,000 税込 (レギュラー2斤)

焼きすぎ ぎりぎりの香ばしさ



高級「生」食パン

黒山 乃が美

¥1,000 税込 (レギュラー2斤)

原材料: 小麦粉(国内製造)、乳等を主要原料とする食品、砂糖、マーガリン、加糖練乳、バター、ハチミツ、食塩、パン酵母、乳化剤、pH調整剤、安定剤(増粘多糖類)、ビタミンC(一部に小麦・乳成分・大豆を含む)※原材料の一部にはちみつを使用しています。1歳未満のお子さまには安全のためお与えにならないようご注意ください。※製造工場では卵を含む製品を製造しています。※お早めにお召し上がりいただくか、冷凍保存をお願いいたします。

**日替わり弁当 始めました!** 個人宅向け

初回1週間(5日間分)に限り

**半額 275円** キャンペーン

おかずのみ 0120-192-100

お申込み・お問合せはこちら!

ウェブページは『ひる宅』で検索

半額キャンペーンは個人宅向け昼食宅配弁当の利用者向けとなります。企業向け給食弁当は該当いたしません。

**冷凍弁当の L-BOX**



おませおかず (5食分)  
おかずのランダムセット

1食あたり ¥370

特別価格 ¥1,850 税込



おませセット (5食分)  
ごはんとおかずのランダムセット

1食あたり ¥490

特別価格 ¥2,450 税込

**中橋商事 能登米こしひかり**  
10kg・能登産100% ¥5,570

**一膳屋 金沢カレー**  
冷凍1kg・5~6人前 製造から6ヶ月保存可能 ¥880

**三徳屋 金沢カレーレトルト**  
レトルト180g・1人前 ¥420

**三徳屋 そのままOKカレー**  
甘口・中辛/6個入 アレルギーフリー-特定原材料7品目不使用、火や水が不要でそのまま食べられる ¥2,916

**お値打 耳にやさしいサージカルマスク**  
長谷川綿行 不織布3層構造/おとな用 50枚入り ¥480

**お値打 QLGオリジナル 石焼焙煎珈琲**  
レギュラー・粉 300g ¥850

**お値打 QLGオリジナル ブレンドコーヒー**  
レギュラー・粉 300g ¥600

**大盛りカップ麺**  
東洋水産 ごつ盛り 全5種均一価格 各12個入 ¥1,800

オフィス倶楽部 ご注文欄		
商品名	希望日	注文数量 個
商品名	希望日	注文数量 個
商品名	希望日	注文数量 個
商品名	希望日	注文数量 個
商品名	希望日	注文数量 個
商品名	希望日	注文数量 個
商品名	希望日	注文数量 個
お客様名		
ご住所		
電話番号		

ご注文はTEL・FAXが注文用紙を配達員へ  
 ご注文の場合は、FAX送信いただくか注文用紙を配達員へお渡しください。お電話でも承ります。商品名・数量・お客様名をお伝えください。注文数量(ケース・パック・個数)にご注意ください。カップめんはケース販売のみです。価格はすべて税込価格です。