

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、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  
いつまでも愛される味を



当日9:15

# 膳

¥590 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)  
<365kcal 2.6g>  
・じゃが芋と  
あさりの旨煮  
・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

ホクホク  
じゃがいも

■11月26日(火)  
<433kcal 3.5g>  
・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)  
<339kcal 2.5g>  
・豆腐のすき焼き風  
玉子とじ  
・えびカツ  
・さばの塩焼き  
・ほうれん草のサラダ  
・野菜炒め

ホツとする  
優しい味

■11月28日(木)  
<360kcal 3g>  
・チキンカレー  
・ポテトコロッケ  
・たちうおの照焼き  
・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)  
<422kcal 3.4g>  
・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 3.4g>  
・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)  
<401kcal 3.1g>  
・かにグラタンフライと  
海鮮ステーキ  
・ピリ辛そば  
・ほうれん草の  
中華サラダ  
・ピーマンと竹輪の炒り煮

冬に  
ぴったり

■12月3日(火)  
<420kcal 3.3g>  
・厚切りハムカツ  
・イカハンバーグ  
・小松菜の和え物  
・たこ入さつま揚げの煮物

ボリューム  
満点

■12月4日(水)  
<354kcal 3.2g>  
・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)  
<300kcal 3g>  
・鶏野菜味噌鍋風  
・バターコーンコロッケ  
・ほっけ塩焼き  
・チンゲン菜の  
サラダ  
・キャベツのソテー

地元の味

■12月7日(土)  
<372kcal 3.0g>  
・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  
・海鮮の八宝あんかけ  
・かれないの照焼き  
・春雨サラダ  
・大根のピリ辛煮  
・大豆のマリネ

海鮮の  
旨味

■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

根菜で温活

■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  
・牛肉じゃが  
・しゅうまい  
・白菜のサラダ  
・菜の花の和え物

旬のきのこで  
免疫力UP

■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

豪華  
2本入り

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

定番  
おかず

■12月5日(木)  
<620kcal 2.6g>  
・黒米  
・鶏肉の照焼き  
・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

ごはん付き  
¥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時までにお申し込み



月曜日

## 鍋焼きうどん

和風だしの鍋焼きうどんと海老天、たまごをあつあつで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

## ごま豆腐なべ

豚肉と白菜をたっぷり入れ、豆腐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

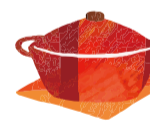
## 煮込みラーメン 白湯

白湯バイタンスープがあつさりしながら、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いません。



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

このようなお悩みをオフィス 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



〜 切り取りし、配達員にお渡しください

祝日による連休や急なお休みの場合は、事前に弊社までご連絡ください  
ようお願いいたします。土曜日は2営業日前午後1時までにご注文下さい。

お客様名

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
膳												
季節膳												
健康膳												

ご住所

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

