

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** お願いします。ご予約商品のご注文・変更等は、前営業日午後1時までお願いします。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。当社は石川県内産こしひかり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

ヘルシー膳

¥490 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)

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

¥640 税込

注文・変更締め切り: 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

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 ¥600 税込

鍋のみ (ごはんなし) ¥490 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時までお願いします

■11月13日(月) <459kcal 3.2g> ・エビフライ ・キーマカレー ・キャベツのサラダ ・大根の煮物	■11月14日(火) <271kcal 1.9g> ・五目ご飯 ・鮭のバター焼き きのこ野菜がけ ・コーンフライ ・チンゲン菜の和え物 ・しらたきの炒め物	■11月15日(水) <321kcal 2.5g> ・麻婆豆腐 ・イカカツ ・にしんの照り焼き ・大根サラダ ・つきこんの炒め物	■11月16日(木) <383kcal 2.8g> ・チキンカツの 中華醤油ソース ・春雨のソテー ・小松菜のサラダ ・高菜饅頭	■11月17日(金) <394kcal 2.8g> ・そばろと玉子の甘辛丼 ・あじフライ ・豆腐入さつま揚げ ・マカロニサラダ ・白菜の煮浸し	■11月18日(土) <320kcal 2.6g> ・海老とベーコン 五目春雨炒め ・おまかせフライ ・ハンバーグ ・ほうれん草の和え物 ・里芋の煮物
■11月20日(月) <418kcal 3.6g> ・白身フライ ・肉しゅまい ・ほうれん草の和え物 ・れんこんの炒め物	■11月21日(火) <422kcal 2.3g> ・豚肉の中華炒め ・ポテトコロッケ ・ぶりの照焼き ・キャベツの コールスローサラダ ・切干大根の煮物	■11月22日(水) <360kcal 3.2g> ・肉団子じゃが ・ハム玉子とじ ・海老カツ ・マカロニサラダ ・ほうれん草のソテー	■11月23日(木) ・お休みです	■11月24日(金) <338kcal 2.4g> ・さばのトマトソースがけ ・ランチハムカツ ・大根の中華和え ・もやしの煮浸し	■11月25日(土) <353kcal 2.2g> ・豚肉とメンマの炒め物 ・おまかせフライ ・焼きつくね ・チンゲン菜のごま和え ・白菜のコンソメ煮

■11月13日(月) <612kcal 3.9g> ・発芽玄米 ・鶏の唐揚げ ・かれいの塩焼 ・たこ八の煮物 ・ほうれん草の白和え ・野菜炒め	■11月14日(火) <576kcal 2.7g> ・麦飯 ・オムレツの イタリアンソース ・茄子はさみ揚げ ・棒天の煮物 ・つきこんのピリ辛炒め ・小松菜のゆず和え	■11月15日(水) <584kcal 2.5g> ・十六穀米 ・あじの幽庵焼 ・ビーフカツ ・焼豆腐の煮物 ・キャベツのコンソメ炒め ・もやしの和え物	■11月16日(木) <588kcal 2.1g> ・黒米 ・トラウトサーモンの パン粉焼 ・絹ごし揚げの煮物 ・いんげんの中華炒め ・ブロッコリーのごま和え ・大根の酢の物	■11月17日(金) <618kcal 3g> ・五穀米 ・豚肉のオイスター炒め ・焼き粗挽きつくね ・根菜煮 ・チンゲン菜の生姜和え ・にら玉	■11月18日(土) <609kcal 2.8g> ・ほっけの西京漬 ・揚げだし豆腐の そばろかけ ・さつま芋のレモン煮 ・キャベツと笹身の酢の物 ・チンゲン菜の炒め物
■11月20日(月) <586kcal 2.3g> ・発芽玄米 ・メバルの チリソース ・豚肉のカレー炒め ・ごぼうの煮物 ・小松菜の辛子和え ・もやしの酢の物	■11月21日(火) <615kcal 3.4g> ・麦飯 ・エビフライ ・大根の煮物 ・こんにゃくの炒め物 ・白菜とハムの酢の物 ・タルタルソース	■11月22日(水) <606kcal 4.5g> ・十六穀米 ・さばの塩焼き ・春雨のソテー ・ごぼう巻きの煮物 ・菜の花のピーナツ和え ・れんこんの胡椒炒め	■11月23日(木) ・お休みです	■11月24日(金) <586kcal 2.1g> ・五穀米 ・牛肉とブロッコリーの 中華炒め ・さわらの塩焼き ・きのこソテー ・マカロニサラダ ・オクラのおろし和え	■11月25日(土) <610kcal 3.4g> ・たらの唐揚げ中華あん ・しんじょう ・人参とひじきの煮物 ・信田巻の煮物 ・海藻サラダ

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

煮込みラーメン 味噌

濃厚味噌が麺と野菜に絡み、旨味を引き立てます。チャーシューににら、メンマがうまい。最後は温たまを絡めてもよし!

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

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。あっさり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っさりしながら、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

冷凍弁当の
置き型
セルフ

社員食堂
始めませんか?

おすすめ&メリット

1. 置き型スタイルだから、注文不要です!
2. 管理費や調理人・栄養士もみんな不要!
3. スマホ決済だから、総務の手間も不要!
4. 従業員数10人程度から導入可能です!
5. 40種類以上の豊富な献立にカレー&麺も!

新しいスタイルの社員食堂をご提案します

冷凍庫から取り出し電子レンジで温めるだけ!の新しい社食スタイル!
福利厚生アップ! 食事の準備不要! 時間の節約! スマホで決済! 在庫管理不要!
詳しくは営業担当がご説明に伺います。最寄りの営業所へお気軽にお申し付けください。

お客様

冷凍庫から商品を取り出し、QRコードで決済するだけ!(後払い・現金払い可/レンタル可能)

お客様

商品は電子レンジで温めるだけ!(レンタル可能)

お客様

温かいお食事をお楽しみください!

当社

冷凍庫の在庫がなくなれば当社にて補充いたします(注文などの手間不要!)

注文書

一膳本社

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ます
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

ご住所

電話番号

	11/13 月	11/14 火	11/15 水	11/16 木	11/17 金	11/18 土	11/20 月	11/21 火	11/22 水	11/23 木	11/24 金	11/25 土
ヘルシー膳												
季節膳												
健康膳												

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

