

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

¥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)

■4月1日(月)
<407kcal 4.1g>
・鶏唐揚げ
・肉団子の煮物
・キャベツのシーザーサラダ
・白菜の中華炒め

お弁当の定番

■4月2日(火)
<396kcal 2.6g>
・豚肉と大根の煮物
・バターコーンコロッケ
・たらのみりん漬
・マカロニサラダ
・こんにゃくの炒め煮

相性のいい組み合わせ

■4月3日(水)
<486kcal 4.3g>
・オムレツのミートソース
・ハムカツ
・大根の酢の物
・ごぼう天の煮物

自慢のミートソース

■4月4日(木)
<486kcal 2.8g>
・エビフライとハンバーグ
・野菜炒め
・小松菜の和え物
・春雨のカレー炒め

お花見ごちそうメニュー

■4月5日(金)
<320kcal 2.3g>
・鶏肉の黒胡椒炒め
・メンチかつ
・白身魚の照焼き
・白菜とほうれん草の和え物
・大根の味噌煮

■4月6日(土)
<365kcal 3g>
・鶏ひき肉じゃが
・おまかせフライ
・野菜ミンチ巻
・小松菜の中華和え
・キャベツの中華炒め

■4月8日(月)
<429kcal 3.7g>
・ハンバーグの野菜ソテーかけ
・コロッケオーロラソース
・春雨ゆかり和え
・白揚げの煮物

新生活応援メニュー

■4月9日(火)
<572kcal 3.9g>
・ひじきごはん
・エビフライ
・マカロニポロネーゼ風
・キャベツのサラダ
・コンソメ煮

サクッと美味しい

■4月10日(水)
<306kcal 2.0g>
・すき焼きカツ
・あじの生姜焼
・もやしのナムル
・こんにゃくガリバタ醤油炒め

■4月11日(木)
<371kcal 3.6g>
・肉井
・コーンフライ
・塩ほっけ
・れんこんのからしマヨサラダ
・チンゲン菜の中華炒め

■4月12日(金)
<454kcal 4.5g>
・チキンカレー
・春巻
・ハムステーキとバターコーン
・大根の酢の物
・白菜の煮浸し

疲れが吹っ飛ばす

■4月13日(土)
<328kcal 2.8g>
・白菜の中華旨煮
・おまかせフライ
・さつま揚げの煮物
・小松菜の和え物
・肉野菜巻き

ちょっぴり豪華な1週間(4/8~12)

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

■4月1日(月)
<594kcal 2.4g>
・発芽玄米
・たら唐揚げタルタルソース
・高菜炒め
・さつま芋ごまサラダ
・かぶの酢の物
・れんこんのおかか煮

手作りタルタル

■4月2日(火)
<593kcal 3.9g>
・麦飯
・チンジャオロース
・おでん煮
・長芋のマリネ
・じゃがいものバター炒め
・キャベツのからし和え

こだわりの逸品

■4月3日(水)
<611kcal 2.5g>
・十六穀米
・魚と野菜のオリブオイルがけ
・葛きりと牛肉の炒め
・高野豆腐の卵とじ
・キャベツのサラダ
・ねぎ炒め

■4月4日(木)
<602kcal 2.1g>
・黒米
・和風白身フライ
・ブロッコリーとエリンギのソテー
・焼き豆腐のピリ辛そばろ
・菜の花のピーナツ和え
・白菜コンソメ煮

■4月5日(金)
<605kcal 3.6g>
・五穀米
・とり野菜
・ヒレカツ
・ふわふわ豆腐
・小松菜のサラダ
・切干大根の煮物

ホッとする味

■4月6日(土)
<618kcal 4.2g>
・オムレツ
・マヨ炒め
・白身天ぷら
・紅白なます
・小松菜の煮浸し

■4月8日(月)
<572kcal 2g>
・発芽玄米
・鶏唐揚げのはちみつレモン
・生姜炒め
・高野豆腐の含め煮
・さつまいもサラダ
・きのこのバターソテー

■4月9日(火)
<627kcal 3.3g>
・麦飯
・海老チリ
・ソースメンチかつ
・ツナじゃが
・豆サラダ
・白菜の旨塩煮

ふりふり本格的

■4月10日(水)
<619kcal 2.1g>
・十六穀米
・牛肉じゃが
・白身魚の粕漬焼き
・油揚げの煮物
・大根サラダ
・中華煮

■4月11日(木)
<626kcal 3g>
・黒米
・さばの味噌煮
・茄子はさみ揚げ
・新豆腐のふわふわ揚げ
・菜の花のピーナツ和え
・コールスローサラダ

■4月12日(金)
<587kcal 2.2g>
・五穀米
・海鮮八宝菜
・味噌きんぴら
・赤魚の塩焼き
・果物入サラダ
・ブロッコリーのソテー

■4月13日(土)
<618kcal 3.2g>
・豚肉のみそ炒め
・海老カツ
・パンプキンキッシュ
・海藻サラダ
・ちんげん菜の煮浸し

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 ¥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時までにお願います



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

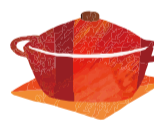
煮込みラーメン 白湯

白湯バイタンスープがあつあつしながら、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。

冷凍弁当の置き型セルフ社員食堂始めませんか?

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。



ウェブから詳細を確認

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!



注文書	一膳本社												
	4/1 月	4/2 火	4/3 水	4/4 木	4/5 金	4/6 土	4/8 月	4/9 火	4/10 水	4/11 木	4/12 金	4/13 土	
膳													
季節膳													
健康膳													

お客様名 _____

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

