

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

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)

■1月20日(月)
<358kcal 3.1g>
・ハンバーグ
・わさびソース
・さつまいもフライ
・ちんげん菜のナムル
・白菜の煮浸し

ソースが
くせになる

■1月21日(火)
<391kcal 4g>
・鶏の唐揚げ
・キャベツと油揚げの
回鍋肉風
・大根サラダ
・さつま揚げの煮物

■1月22日(水)
<336kcal 2.5g>
・甘辛豆腐の玉子とじ
・かき揚げ
・ハムとキャベツの炒め物
・もやしの中華和え
・チヂミ

ご飯が進む

■1月23日(木)
<380kcal 2.5g>
・豚肉のねぎ塩炒め
・コロケ
・レタスサラダ
・厚揚げの煮物
・高菜饅頭

■1月24日(金)
<345kcal 4.4g>
・味噌カツ
・ほっけ塩焼き
・ほうれん草の和え物
・じゃがいものコンソメ煮

定番
味噌カツ

■1月25日(土)
<425kcal 3g>
・おまかせフライ
・明太マヨオムレツ
・小松菜のサラダ
・焼きさつま揚げ

■1月27日(月)
<368kcal 2.9g>
・春雨ともやしの
黒こしょう炒め
・イカカツ
・豆腐ハンバーグ
・キャベツのサラダ
・竹輪とコーンの炒め物

■1月28日(火)
<337kcal 3.3g>
・きのご飯
・あじフライ だし醤油付
・肉団子の煮物
・白菜のサラダ
・カレー金平ごぼう

■1月29日(水)
<360kcal 2.4g>
・ふろふき大根の
肉みそかけ
・ハムカツ
・オムレツ
・もやしのナムル
・ほうれん草の和え物

新メニュー
冬に食べたい

■1月30日(木)
かんてい局
特別優待券プレゼント
キャンペーン
詳しくは裏面を

■1月31日(金)
<284kcal 2.7g>
・海鮮中華煮
・春巻
・にしんの塩焼
・チンゲン菜のサラダ
・大豆の煮物

海鮮の
旨味

■2月1日(土)
<395kcal 3.6g>
・チキン南蛮
・おまかせフライ
・大根の酢の物
・がんもの煮物

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

■1月20日(月)
<616kcal 2.7g>
・発芽玄米
・野菜たっぷり回鍋肉
・新豆腐のふわふわ揚げ
・じゃがいものチリソース
・なすの煮浸し
・オクラの和え物

■1月21日(火)
<604kcal 2.6g>
・麦飯
・えびの天ぷら
・厚揚げの
生姜醤油焼
・たこさつま揚げの煮物
・ブロッコリーのサラダ
・もやしのソテー

豪華
2本入り

さばを食べて
骨を強く

■1月22日(水)
<612kcal 2.4g>
・十六穀米
・さばの塩焼き
・炊き合わせ
・さつまいものピリ辛煮
・キャベツのゆかり和え
・ほうれん草のサラダ

■1月23日(木)
<612kcal 2.5g>
・黒米
・チキンステーキ
・トリュフ入きのソース
・真あじのしそ巻き天ぷら
・絹ごし揚げの煮物
・れんこんの和え物
・いんげんのソテー

ぶりの鉄分で
貧血予防

■1月24日(金)
<614kcal 2.8g>
・五穀米
・ぶりの竜田揚げ
・香味ねぎソース
・しゅうまい
・金平ごぼう
・もやしの中華和え
・チンゲン菜のお浸し

■1月25日(土)
<602kcal 3.0g>
・さわらのムニエル
・ハム玉子とじ
・肉詰めいなり
・小松菜のサラダ
・もずくの和え物

■1月27日(月)
<596kcal 2.3g>
・発芽玄米
・豚肉と長芋の炒め物
・なす肉詰め
・オムレツ
・豆腐のサラダ
・大根の煮物

食感楽しむ
一品

■1月28日(火)
<581kcal 2.4g>
・麦飯
・赤魚のから揚げ
・野菜あん
・かぼちゃの豆腐ハンバーグ
・高野豆腐のそぼろかけ
・さつま芋サラダ
・菜の花のコンソメ炒め

■1月29日(水)
<595kcal 2g>
・十六穀米
・鶏肉の南蛮漬け
・カレー肉豆腐
・キャベツのからし和え
・あさりとセロリの炒め物
・春雨の酢の物

■1月30日(木)
<583kcal 3.1g>
・黒米
・牛肉じゃが
・ますの塩こうじ焼
・しゅうまい
・ほうれん草と
中華くらげの和え物
・ナポリタン

きのこで
美肌効果

■1月31日(金)
<593kcal 2.7g>
・五穀米
・きのこ和風
おろしハンバーグ
・こんにやくの煮物
・ブロッコリーと玉子のサラダ
・きんぴらごぼう
・生姜和え

■2月1日(土)
<402kcal 2.9g>
・たらの幽庵焼き
・ささみフライ
・信田巻の煮物
・大根の酢の物
・白菜のカレー炒め

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



注文書 一膳本社

	1/20 月	1/21 火	1/22 水	1/23 木	1/24 金	1/25 土	1/27 月	1/28 火	1/29 水	1/30 木	1/31 金	2/1 土
ヘルシー膳												
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

売るのも!借りのも!!

かんてい局へ行こう!

かんてい局[®]

金沢久安店・金沢バイパス店 金沢福久店

質屋かんてい局 × クオリティランチグループ コラボ企画

1月30日(木)
お弁当購入で

買取特別優待・買取15%UP券がもらえる!!

貴金属高価買取



ブランド時計



**動かなくても
ガラスが割れていても
パーツ欠品でも
ロレックスならどんな状態でも**

買取保証 150,000円

※但しシリアル、リファレンス番号が確認できるものに限り。また、チェリー・プレジションは除外致します。※当店基準外商品除く

1月30日の献立内容

- さつまいも入り肉じゃが ●甘辛ささみフライ ●焼き野菜つくね
- 小松菜の和え物 ●白菜と豆腐の煮物 <383kcal 2.3g>

お酒

- ウイスキー ●シャンパン ●ブランデー ●焼酎

古いお酒大歓迎!!

飲まないお酒、この機会に現金化しませんか?

ウイスキー・ブランデー(未開栓)は何十年経っていても箱がなくても大丈夫です。



古くても未開栓なら全て買取OK!

デジタル家電・スマートフォン **iPhone、iPadの質預かりもお気軽にご利用ください。**

新品家電は特に高価買取!!
Xperia・Galaxyも高価買取いたします

離れたタブレットでも
買取OK!!

ブランド品 ルイヴィトン特に買取強化中 状態良好品 人気品 実行品 は利益度外視で買取!!

<p>ルイヴィトンバッグ</p> <p>ルイヴィトンの通常バッグなら</p> <p>買取保証 20,000円以上</p>	<p>LOUIS VUITTON モンテーニュMM M41056</p> <p>30,000円</p>	<p>LOUIS VUITTON アムステルダム M3152</p> <p>130,000円</p>	<p>LOUIS VUITTON アフゼンール M6190</p> <p>150,000円</p>
<p>LOUIS VUITTON モノグラムス M44020</p> <p>150,000円</p>	<p>LOUIS VUITTON トータルMM M41015</p> <p>100,000円</p>	<p>LOUIS VUITTON アムステルダム M3152</p> <p>150,000円</p>	<p>LOUIS VUITTON アフゼンール M6190</p> <p>50,000円</p>

かんてい局
金沢久安店
☎076-280-0007
時間: 10:00~19:00
水曜定休
〒921-8164 石川県金沢市久安3丁目400

かんてい局
金沢バイパス店
☎076-274-7810
時間: 10:00~19:00
火曜定休
〒924-0803 石川県白山町乾町117-1

かんてい局
金沢福久店
☎076-204-7810
時間: 10:00~19:00
木曜定休
〒920-3122 石川県金沢市福久町へ11-1

*チラシ掲載写真は全てイメージです。*万が一、誤字・脱字・誤植・大欄を組むの間違いがあった場合は現況を優先させていただきます。詳しくはスタッフにお問い合わせください。

金券買取 ◀ テレホン・カード 50度数 300円 ほか

2025年の節分はちょっと早い2月2日(日)です!

元(ほうまき)

恵方巻

ご予約承り中

ご注文締切: 1月28日(火) 13:00

恵方幸せ6本セット

商品A

内容: ●特選あなご天巻 ●海鮮巻 ●上ねごと ●牛カルピ巻 ●ソースヒレカツ巻 ●しいたけかんびょう巻 / サイズ: 直径約4.5cm × 9.5cm (1本あたり) / 外寸: 180 × 265 × H80mm

人気の6種が揃った
恵方詰め合わせセット

八福巻

商品B

内容: うなぎ、玉子、きゅうり、椎茸、かまぼく、とびこ、大葉、桜でんぶ (1本) / サイズ: 直径約5cm × 18cm



具たくさんで福が
たっぷり詰まった
八福巻で一年の
幸福を



うま味広がる
食べ応え抜群
の逸品

ローストビーフ巻

商品C

内容: ローストビーフ (1本)
サイズ: 直径約5cm × 18cm

七令北
年和

今年の恵方は
西南西

ご注文締切	お届け日
1/28(火)	1/31(金)
13:00まで	お昼までにお届け

ご注文方法 ■ご注文は完全予約制となります。電話・FAX・メニューチラシ注文書にて承ります。ご注文締切は1月28日火曜日13時まで。■限定商品のため、お早めのご注文をおすすめします。■お届け後は冷蔵所にて保管ください。■自社配達にてお昼までにお届けいたします。(お届け時間指定はお受けできません)



ご注文から3営業日以降のお届け
献立内容は弊社お任せとなります



お任せおかず (5食分)

おかずのランダムセット

1食あたり **¥370**

特別価格
定価 ¥2,950 **¥1,850 税込**



お任せセット (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
定価 ¥2,780 **¥2,450 税込**



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



やや強い苦味、コク、程よい酸味のバランスが良いブレンド
QLJオリジナル石焼焙煎珈琲
レギュラー・粉 300g **¥850**
深い香り、強い苦味と濃厚なコクの深煎りブレンド
QLJオリジナルブレンドコーヒー
レギュラー・粉 300g **¥600**



東洋水産 **ごっ盛り**
ちゃんぽん 塩担々麺 豚骨醤油 ワンタン醤油 ソース焼きそば
全5種均一価格 各12個入 **¥1,800**



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**

オフィス倶楽部 ご注文欄

商品名	希望日	注文数量
商品名	希望日	注文数量
商品名	希望日	注文数量
商品名	希望日	注文数量
商品名	希望日	注文数量
商品名	希望日	注文数量
商品名	希望日	注文数量
商品名	希望日	注文数量
商品名	希望日	注文数量
商品名	希望日	注文数量
商品名	希望日	注文数量
商品名	希望日	注文数量
商品名	希望日	注文数量

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。