

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。当社は石川県産産物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

特膳

¥640 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)

■3月17日(月)
<406kcal 3.2g>
・鶏肉と野菜のチャプチェ
・ソーセージカツ
・チーズ入つくね
・チンゲン菜の和え物
・マカロニのカレーソテー
・たこ焼

■3月18日(火)
<623kcal 3.7g>
・天井風
・切干大根の炒め煮
・小松菜のサラダ
・煮物
・肉野菜巻き

■3月19日(水)
<398kcal 2.9g>
・たまごともやしの
いりつけ
・甘辛ささみフライ
・ほっけ塩焼き
・キャベツの中華サラダ
・ほうれん草の煮物
・かまぼこ

■3月20日(木)
・お休みです

■3月21日(金)
<412kcal 2.6g>
・ガリパタ
・ベーコンじゃが
・イカカツ
・チキン南蛮
・大根のサラダ
・キャベツの煮びたし
・豆腐ナゲット

■3月22日(土)
<303kcal 3.5g>
・豆腐のそぼろ煮
・おまかせ焼魚
・春雨の中華炒め
・にんじんマリネ
・焼き味噌つくね
・おまかせ一品

■3月24日(月)
<550kcal 3.8g>
・タルタルinハンバーグの
ボン酢ソース
・カレーコロッケ
・ピリ辛マカロニサラダ
・白菜の味噌煮
・プチケーキ

■3月25日(火)
<483kcal 3.6g>
・プルコギ風炒め
・ハムとベーコンの
ミックスフライ
・チキンピカタ
・小松菜のお浸し
・キャベツのボンゴレ風煮
・白身魚梅しそフライ

■3月26日(水)
<410kcal 3.4g>
・甘辛そぼろ玉子とじ
・海鮮ステーキ
・さばの竜田揚げ
・甘酢野菜
・チンゲン菜のサラダ
・大根の中華炒め
・春巻

■3月27日(木)
<367kcal 3.1g>
・竹の子ご飯
・もやしと豚肉の
中華炒め
・味噌だれとんかつ
・グラタン
・ほうれん草の和え物
・たこ入さつま揚げの煮物

■3月28日(金)
<422kcal 3.3g>
・チキンカツ
・トマトソース
・菜の花の煮浸し
・キャベツのごま和え
・千草焼
・かにしゅうまい

■3月29日(土)
<416kcal 3.5g>
・豆腐ハンバーグの
青じそドレ
・おまかせフライ
・大根のサラダ
・高菜饅頭
・おまかせ一品

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

■3月17日(月)
<587kcal 2.4g>
・発芽玄米
・かれないの
カルパッチョソース
・コーンフライ
・たこ入さつま揚げの煮物
・小松菜の和え物
・もやし炒め

■3月18日(火)
<617kcal 2.5g>
・麦飯
・豚肉の
オイスターソース炒め
・さけの塩こうじ焼
・金平ごぼう
・ほうれん草のサラダ
・かぶの酢の物

■3月19日(水)
<601kcal 2.2g>
・十六穀米
・鶏むね肉の
ねぎ塩焼き
・めった汁煮
・白菜の中華サラダ
・ブロッコリーのソテー
・ハムサラダ

■3月20日(木)
・お休みです

■3月21日(金)
<608kcal 2g>
・五穀米
・牛肉と
大根の煮物
・ひとくち磯辺白身フライ
・じゃがいものバター炒め
・オクラの和え物
・れんこんの辛味噌炒め

■3月22日(土)
<610kcal 2.5g>
・赤魚の幽庵焼
・つくね巻き
・絹ごし揚げの煮物
・チンゲン菜のサラダ
・ピーマンおかつ炒め

■3月24日(月)
<595kcal 2.6g>
・発芽玄米
・白身魚の
トマトソース
・さつまいもコロッケ
・信田巻の煮物
・春雨サラダ
・大根のピリ辛炒め

■3月25日(火)
<612kcal 2.3g>
・麦飯
・鶏肉の卵とじ
・なすのゆかり天ぷら
・いんげんの炒め物
・カリフラワーサラダ
・ほうれん草のボン酢和え

■3月26日(水)
<607kcal 2.5g>
・十六穀米
・鯖の唐揚げ野菜掛け
・キャベツの塩こうじ炒め
・海鮮野菜揚げの煮物
・れんこんとそら豆の
サラダ
・こんにゃくの味噌煮

■3月27日(木)
<586kcal 3.2g>
・黒米
・焼き肉の
とろろがけ
・たら七味焼
・しんじょう
・マカロニサラダ
・もやしのキムチ和え

■3月28日(金)
<605kcal 2.4g>
・五穀米
・焼きさばの南蛮漬
・しゅうまい
・キャベツとあさりの
ボンゴレ風炒め
・パンパンジー
・チンゲン菜のソテー

■3月29日(土)
<611kcal 2.5g>
・オムレツ
・あじフライ
・イカハンバーグ
・ポテマカサラダ
・小松菜ともやしの煮物

あつあつのお鍋をのり
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

〜 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

	3/17 月	3/18 火	3/19 水	3/20 木	3/21 金	3/22 土	3/24 月	3/25 火	3/26 水	3/27 木	3/28 金	3/29 土
特膳												
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

