

人を良くすると書いて、食。 ICHIZEN

株式会社 一膳

TEL 076-268-5111 FAX 076-268-5193

金沢市専光寺町そ87番地 本社/工場

8:00-17:00 [平日] 8:00-14:00 [土曜日] 営業時間

Website https://ichizen.tv



ご案内◆日替り弁当の <mark>ご注文・変更等は 当日午前9時15分まで</mark> にお願いします。<u>ご予約商品のご注文・変更等は、前営業日午後1時までにお願いします。</u>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。

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



ヘルシー膳 ¥ 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:約328kcal、大:約437kcal、小:約281kcal)

野菜と大豆を豊富に使用し、





健康膳

¥ 740_{税込}

注文・変更締め切り:前堂業日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

あっ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



季節膳

¥ 530 稅込

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時までにお願いします

■11月10日(月) <400kcal 3.1g>

- ・えびカツと ハンバーグ
- しっとり肉そぼろ丼
- チンゲン菜のサラダ
- ・大根の味噌煮



■11月17日(月) <322kcal 2.4g>

- ・大根のそぼろ煮
- ・あじフライ
- ・マカロニの カレー炒め
- ・キャベツのサラダ
- ・さつま揚げの煮物

- ■11月11日(火) <273kcal 3.3g>
- ・キャベツと海鮮の
- 玉子とじ
- ・ハムカツ ・鶏つみれ
- ・紅白なます
- ・ほうれん草のバター炒め

■11月18日(火)

<311kcal 3.2g>

豚肉とたけのこの

チンゲン菜のサラダ

・白菜のコンソメ煮

中華炒め

・野菜コロッケ

・ハンバーグ

■11月12日(水) <319kcal 3.1g>

- ・白菜の中華炒め

・チキン南蛮

・イカカツ

■11月13日(木)

- ・白身フライの おかずサラダ風
- ・こんにゃくのしぐれ煮
- ·高菜饅頭

■11月19日(水)

<398kcal 3.2a>

・大根の中華和え

·さつま揚げの煮物

- <258kcal 2.7g> ・きのこごはん

- ・白揚げ天の煮物
- ・千草焼き

- さっぱりと・鶏肉のチャプチェ
 - ・ピーマン肉詰めフライ
 - チンゲン菜のサラダ

 - ■11月20日(木)
 - ・えびとたまごの

 - ・小松菜のサラダ

 - <378kcal 3.2g>
 - 春雨炒め
 - ・とんかつ
 - ・ふんわり豆腐寄せ

 - ・もやしのナムル

■11月14日(金) <308kcal 2.7g> ・油揚げのすき焼き風

・カレーコロッケ

・ほっけの塩焼き

大根のきんぴら

■11月21日(金)

<258kcal 1.8a>

・野菜の味噌バター炒め

・ほうれん草の和え物

·塩麻婆豆腐

・ハムカツ

・チヂミ

・ポテトマカロニサラダ

<285kcal 3.3g> ・オムレツのカレーソース

■11月15日(土)

- ・おまかせフライ
- ・青菜のサラダ
- ・切干大根の煮物
- ■11月22日(土)
- <264kcal 3.2g>
- ・豚肉のペッパー炒め ・ハムステーキ
- · 卵豆腐
- ・大根の酢の物
- キャベツの煮浸し



■11月10日(月)

- <597kcal 2.4g>
- · 発芽玄米 ・焼きあじのマリネ
- ・天ぷら
- ・巾着の煮物
- ・ほうれん草のサラダ
- キャベツのコンソメ煮
- ■11月17日(月)
- ・カレー炒め
- ・小松菜のわさび和え

- ■11月11日(火)
- <605kcal 2.5g> ・麦飯
- ・豚肉とさつまいもの
- 甘辛炒め
- ・白身フライ
- ・角揚げの煮物
- ・菜の花の和え物 ・白菜の塩昆布バター炒め
- ■11月18日(火)
- <587kcal 2.0g>
- ・麦飯
- ・牛肉とブロッコリーの オイスター炒め
- 集中力UP

- ■11月12日(水)
- <607kcal 2.1g>
- ·十六穀米
- ・鶏の塩唐揚げ ・ほっけの照焼き
- ・小松菜のゆず和え
- ・高野豆腐の煮物 ・れんこんのマスタード炒め
- ■11月19日(水)
- <618kcal 2.6q>
- ·十六穀米 ・さばの塩焼き
- ・カレーコロッケサラサラに ・信田巻の煮物
- 菜の花のサラダ ・キャベツの中華炒め

■11月13日(木)

- <580kcal 2.3g>
- ・ハンバーグの 和風ソース
- ・新豆腐のふわふわ揚げ
- ・いんげんの中華炒め キャベツのごま和え
- ・こんにゃくの炒め物 ■11月20日(木)
- <607kcal 2.5g>
- ・黒米 ・焼き豆腐と豚肉の
- 味噌煮
- ・いか天ぷら ・大根のそぼろ煮
- ・白菜のマリネ ・大豆のマスタード炒め

- ■11月14日(金)
- <587kcal 2.1q> ·五穀米
- ・鮭のバター焼き 美肌効果 タルタルソース
- ·根菜煮
- ・チンゲン菜の生姜和え ・玉子の中華炒め
- ・人参みの揚げ風
- ■11月21日(金) <595kcal 1.8g>
- ・五穀米 ·さわらのから揚げ
- 中華あんかけ
- ・パンプキンキッシュ

・まんじゅう

- ・ひじきの煮物 ・チンゲン菜の辛子マヨ和え
- ・焼き肉詰めいなり ・青菜のサラダ

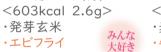
■11月15日(土)

<610kcal 3.0g>

・チキンステーキ

・茄子はさみ揚げ

- ・オムレツの
- デミグラスソース
- ・にら饅頭



・人参とツナの煮物 ・じゃがいもの

ピーナッツ和え

・イカリング

・しんじょう ・きのこソテー オクラのゆかり和え



すき焼き 和風だしの鍋焼きうどんと海老天、たま 牛肉の旨みと甘辛たれを煮込んで、焼 ごをあつあつでお召し上がりください。メ

レつゆ ※水は不要です

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



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、



しいたけ、うどん、だしつゆ

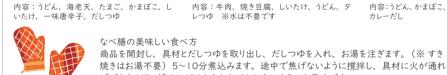
ごま豆乳なべ 豚肉と白菜をたっぷり入れ、豆乳スープ

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、



白濁パイタンスープがあっさりしながら、 旨みが口に広がるおかわりしたくなる

ラーメンです。



鍋焼きうどん

にごはんを入れるのが美味!

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。 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



はじめませんか



このようなお悩みをオフィス L-BOX

★ 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

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

★ 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

★ 置き型のため、発注や管理が不要

★ 時間を気にせず食事がしたい 最適なプランを

で解決します

商品 8種 60品目以上、導入費用 ¥ 0、月額費用 ¥ 8,750ょり ご提案します

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。

一膳本社 ヘルシー膳 ご住所 季節膳 健康膳 電話番号

当社では能登産こしひかりを販売中です。

・いんげんと蒲鉾の炒り煮

■11月22日(土) <580kcal 1.9g>

さつまあげの煮物 ・大根の酢の物 ・キャベツと豚肉の味噌煮



煮込みラーメン 白湯

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

冷凍庫から商品を取り出し 温めて食べるだけ

おいしいお米を販売中!

いかがですか。 詳しくはうら面をご覧ください。

おいしいお米をご自宅で

提供/中橋商事

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おりません。

旦那さんの いないときに、 電話してください。



家に頼れる人がいないときに、頼れる存在。

急な水まわりのトラブルに

◎この広告を見てご依頼いただいた方限定で、作業料金を2,000円引き!

こんなに口溶けが良くて柔らかいパン、初めて!

予約は前営業日 13 時まで

掲載商品販売週: 11/10-12/5

長期保存の際は浴液保存をおすすめします。消費期間は高品に記載がこさいます。二予約 は智葉所までご連続ください。商品は定期的口変更もます。2005 はお休みです。

ニッコーのアレルゲンフリー /

各曜日 数量限定



火曜日の tonton 食パン 1斤(5枚切) ¥360税込



さつまいもスティック 6個入り ¥360税込



チョコクロワッサン 3個入り ¥360税込



金曜日の tonton 食パン 1斤(5枚切) ¥360税込



ご注交から3 万寅日以降のお届け



おまかせおかず (5食分) おかずのランダムセット

1食あたり ¥390



おまかせセット (5食分) ごはんとおかずのランダムセット

1食あたり ¥540

電子レンジで温めるだけ

オフィスでもおうちでもどこでも



¥ 4,880 金沢カレールー

能登米こしひかり

5kg·能登底100%

冷凍1kg·5~6人前 製造が56ヶ月保存可能

¥880



多各川銀行 耳にやさしいサージカル マスク

不識布3層構造/おどな用 50枚入り

¥480



¥930

加賀焼 KAGAYAKU レギュラー・刷

270g

東洋水産 ごつ盛り ちゃんぱん 塩型々競 酵養醤油 ワンダン醤油 ソース焼きそば

312開入 ¥1,800

全5稜均一區核



三硫度 金沢カレーレトルト b F /6 F 180g · 1人前

¥420

¥2,916

電話曲号



そのまんまOKカレー 甘口,中全/6個人 アレルギーフリー特定機材 料7周目不使用。火や水が 不養でそのまま食べられる

ご注文の場合は、FAX送信いただくか注文用紙を配達算べお渡しくだ ウい、お電話でも乗ります。商品名・数量・お客様名をお伝えください。 注文教養(ケース・パック・假教)にご注意ください。カップめんはケース 販売のみです。価格はすべて現込価格です。

注文数量 商品名 希望日 证文数册 商品名 南望自 洋文取賣 商品名 单雙頂 注文款量 商品名 希望日 注文数量 商品名 希望日 注文数量

オフィス倶楽部 ご注文欄

お客様名

ご注文はTEL・FAXか注文用紙を配達員へ