

一膳の昼食宅配弁当

ひる宅

HIRU TAKU

お得な
キャンペーン実施中

紹介キャンペーン

お友だちをご紹介いただくと

★紹介を受けた方(初めての方限定)が2ヶ月継続で紹介者(利用者限定)に進呈。

1,000円分の景品※プレゼント!

お得なポイントラリー

お弁当に付帯しているポイント(1pt)

30ポイント集めて

トントンパンの食パンプレゼント!



※アレルギー対応トントンパン
(小松市)のアレルギーフリー・
無添加の食パン1斤。
※景品は予告なく変更する場合
がございます。

多品目使用して
栄養バランス抜群!

彩り豊かなこだわり食材で毎日の健康を!

「週間献立表」2025/11月24日▶12月5日

■食材10~20品目 / カロリー250~350kcal / 塩分2~3g

ご案内

弁当の一膳

■日替わり弁当の注文・変更等は前営業日13時までにお願いします。

■午後2時までに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。

☎0120-192-100 FAX.076-268-5193

〒920-0356 石川県金沢市専光寺町87 <https://ichizen.tv>



ご自宅でお手軽に
らくらく食事管理

当日調理・当日配達
いたします

1週目

11月24日~

<熱量・塩分・蛋白質・脂質>
栄養成分表記はおかずのみの値

11/
24

・お休みです

11/
25

<353kcal 2.8g 9.3g 19.9g>

・揚げ豆腐の八宝あんかけ
・焼き肉詰めいなり
・春雨サラダ
・大根の煮物
・オクラのゆかり和え

大豆で
インフラボン

11/
26

<260kcal 2.0g 13.2g 17.6g>

・さけの南蛮漬け
・いんげんの炒り煮
・れんこんのわさび和え
・小松菜のサラダ
・白菜の浅漬け

11/
27

<331kcal 1.8g 12.1g 24.3g>

・牛肉の生姜煮
・大根の炒め物
・ごぼうサラダ
・もやし炒め
・キャベツのピーナッツ和え

生姜で
風邪予防

11/
28

<276kcal 2.5g 13.4g 18.4g>

・根菜ハンバーグの和風ソース
・さつま揚げの煮物
・チンゲン菜と卵の炒め物
・ポテトマカロニサラダ
・プチケーキ

2週目

12月1日~

<熱量・塩分・蛋白質・脂質>
栄養成分表記はおかずのみの値

12/
1

<208kcal 1.8g 12.7g 8.2g>

・たらこのきのこがけ
・牛肉じゃが
・白菜のサラダ
・菜の花の和え物
・キャベツの浅漬け

体に優しい
和食

12/
2

<252kcal 2.0g 9.7g 18.2g>

・牛肉の赤ワイン煮
・ふんわり豆腐寄せ
・カリフラワーのサラダ
・ほうれん草のサラダ
・大根の煮物

12/
3

<334kcal 2.6g 13.5g 13.5g>

・えび天ぷら
・大豆の煮物
・小松菜のごま和え
・野菜炒め
・人参ピーナッツ和え

ご褒美
メニュー

12/
4

<242kcal 2.2g 13.6g 12.3g>

・鶏肉の照り焼
・さつま揚げの煮物
・キャベツの中華和え
・さつまいものバターソテー
・白菜のマリネ

12/
5

<199kcal 2.4g 13.3g 9.3g>

・焼きあじの甘酢野菜がけ
・肉団子と大根の煮物
・いんげんのごまサラダ
・もやし炒め
・厚焼玉子

血液
サラサラ

ご注文からお届けまで

お電話・FAX・ウェブ注文・注文書からご注文ください。

毎日のご注文でなくてもOK! 1個から承ります

☎0120-192-100 FAX.076-268-5193

[受付時間] 月~金曜 / 9:00~17:00

弁当の一膳

検索

おかず(1食あたり)

550円(税込)

ごはんとおかずのセット

640円(税込)

半額キャンペーン

オープニング

初回注文週に限り

半額でお届け!

定価(1食あたり)

¥550(税込) →

275円(税込)

おかず
のみ

■お届け日 / 平日のみ ■お届け時間 / お届け指定日の9:15~12:00(時間指定不可) ■お届け可能エリア / 石川県内8市4町

(金沢市・野々市市・白山市・小松市・加賀市・能美市・かほく市・羽咋市・津幡町・内灘町・川北町・宝達志水町) 一部配達不可

■お届け方法 / 手渡しいたします

※支払方法は口座振替となります。※写真は一人用の献立例のイメージです。

冷凍弁当も
ございます

【冷凍】おまかせおかず5個

2,800円(税込)

■お届け日 / 平日

(土日祝日・年末年始・GW・お盆などの
指定日は配達不可)

※ご注文は5個からとなります。

※写真は一人用の献立例のイメージです。

切り取りし、配達員にお渡しください

注文書

■ 11月24日~
12月5日

※急なお休みの場合は、
事前に弊社までご連絡く
ださいようお願いいた
します。

		1週目					2週目				
数量記入		11/24	11/25	11/26	11/27	11/28	12/1	12/2	12/3	12/4	12/5
ひる宅	おかずのみ										
	おかずとごはんのセット										
冷凍おかず5個セット											

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
石川県産こしひかり(5kg)を
販売中です。
おいしいお米をご自宅はいかがですか。

(5kg) 4,880円(税込)

提供 / 中橋商事

