

ヘルシーランチ

注文: 当日9:15まで
<>内はカロリー、塩分 | カロリーはおかずのみの値 | ごはん▶並: 約328kcal、大: 約437kcal、小: 約281kcal
価格は税込み価格

¥590

1/5

養分ホタテ♪

■1月5日(月)<368kcal 3.1g>
・ホタテクリームコロッケ〜デミソース付き〜
・チャプチェ
・オムレツ

1/8

ボリュームたっぷり!

■1月8日(木)<455kcal 3.0g>
・五目ごはん
・豚肉と玉ねぎのかぼちゃ煮
・れんこんカレー炒め

1/14

ご飯が進む★

■1月12日(月)
・お休みです

1/16

栄養満点★

■1月15日(木)
クレイン金沢
お弁当を 食べて **乗馬へ行こう** キャンペーン
詳しくはうら面を

■1月6日(火)<393kcal 2.7g>
・ぶり竜田タルタルソースがけ
・マカロニ明太ソテー
・ごぼうとキャベツのハニーマスタードサラダ

■1月9日(金)<368kcal 3.3g>
・鶏肉と大根の煮物〜ポン酢付〜
・山菜煮
・きくらげ和え

■1月13日(火)<421kcal 3.3g>
・鶏と冬野菜の甘酢あんかけ
・ちくわ金平
・かば焼き風コロッケ

■1月16日(金)<346kcal 3.1g>
・豚肉と根菜の味噌煮
・五目サラダ
・おまかせフライ

■1月7日(水)<337kcal 2.8g>
・豚バラもやし炒め
・白菜サラダ
・たけのこ金平

■1月10日(土)<347kcal 3.7g>
・チキンカツ
・オムレツ
・チンゲン菜のサラダ

■1月14日(水)<350kcal 3.2g>
・豚肉と白菜の生姜炒め
・ウズラしんじょうの和風あんかけ
・カレー風味コースロー

■1月17日(土)<383kcal 3.6g>
・おまかせフライ
・がんもの煮物
・大根の酢の物

体にやさしいお弁当

健康膳

予約商品
オカズとごはんのセット販売のみ<>内は
カロリー、塩分(オカズとごはんの合計値)

¥740

■1月5日(月)<585kcal 2.3g>
・発芽玄米
・ハンバーグのトマトソース
・サーモンフライ
・がんもの煮物
・小松菜のサラダ

■1月12日(月)
・お休みです

■1月13日(火)<619kcal 2.8g>
・麦飯
・茄子はさみ揚げのトマトソース
・絹ごし揚げの煮物
・さば梅しそフライ
・菜の花のなめたけ和え

■1月14日(水)<585kcal 2.3g>
・十六穀米
・豚肉とピーマンの炒め物
・豆腐ハンバーグ
・小松菜の生姜和え
・もやし炒め

■1月15日(木)<610kcal 2.1g>
・黒米
・鶏の照り焼き
・信田巻の煮物
・大根のツナのサラダ
・じゃがいものソテー

■1月16日(金)<582kcal 2.4g>
・五穀米
・鮭のちゃんちゃん焼き
・南瓜と鶏の天ぷら
・ミートボールのコンソメ煮
・ほうれん草のゆず和え

■1月17日(土)<606kcal 3.0g>
・あじのバター焼き
・春巻
・グラタン
・大根の酢の物
・小松菜の煮浸し

■1月6日(火)<618kcal 2.8g>
・麦飯
・エビフライ
・ひき肉ともやしの味噌炒め
・大根のサラダ
・ひじきと大豆の煮物

■1月9日(金)<580kcal 2.1g>
・五穀米
・豚しゃぶ
・玉子とじ
・ほっけの塩焼き
・チンゲン菜の和え物

■1月10日(土)<610kcal 3.2g>
・オムレツのデミグラスソース
・おすすめフライ
・肉野菜巻き
・チンゲン菜のサラダ
・根菜煮

トマトで
リコピン摂取

腸活
メニュー

ごはんが
進みます

疲労回復
メニュー

バランスよい
和食

一人用なべ

季節膳

予約商品
ご注文・変更締め切り: 前営業日13時まで

ごはんセット

¥700

なべのみ

¥530

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。あっさりさっぱりの中にコクのある旨味が人気です。

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。

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

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おりません。

食の可能性を、広げよう。



人に良くすると書いて、食。

READ MORE!

QRコード

注文書

メルシーナガタ本社

キリトリ

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

〒

ご住所

電話番号

お客様へのお願いとご案内

■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。■直射日光のあたる場所や温度の高い所・湿気の多い場所には置かないでください。■食材仕入れの都合上、献立の一部が変更になる場合がございます。■予約商品のご注文、変更等は前営業日午後1時までにご注文ください。また予約商品の当日キャンセル・数量変更はできません。■容器は電子レンジで温めないでください。■当社で使用しているお米の提供業者は、米心石川と中橋商事です。■表示価格はすべて税込み価格です。

お客様へのお願いとご案内

■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。■直射日光のあたる場所や温度の高い所・湿気の多い場所には置かないでください。■食材仕入れの都合上、献立の一部が変更になる場合がございます。■予約商品のご注文、変更等は前営業日午後1時までにご注文ください。また予約商品の当日キャンセル・数量変更はできません。■容器は電子レンジで温めないでください。■当社で使用しているお米の提供業者は、米心石川と中橋商事です。■表示価格はすべて税込み価格です。

2026年は念願の乗馬を始めませんか
家族や仲間と一緒に

乗馬へ行こう

馬に触れて日常の疲れを癒す
ひと時を体験してください

1/15 (木) のお弁当をご注文で、もれなく
乗馬体験スクール優待クーポンをプレゼント！



クーポン有効期限：2026年3月30日
スクール料金：1,100円 (着替レンタル料・保険料として1,860円必要)
参加対象：小学1年生～70代の方 (1組の参加はご家族2名まで)
所要時間：90分 (騎乗時間20分)

【申込受付期間】 受付：1/15(木) 登録番号：1065004号 登録年月日：令和5年12月4日 令和6年12月31日 申込受付責任者：大久保様

1月15日木曜日のお弁当をご注文でヴィテン乗馬クラブクレイン金沢の乗馬体験スクールの優待クーポンをお届けいたします。さらに、クーポンを利用し乗馬体験スクールに参加すると、先着30名様にラッキーアイテムと話題の馬の蹄鉄がもらえるチャンス！

馬の蹄鉄は、実際に使用していた物で使用済みとなった後、再度磨きをかけ塗装しています。世界にたったひとつの蹄鉄です。



先着30名プレゼント

1/15 (木) のお弁当献立

- 鶏肉となすのみぞれ煮●もやしと玉子のバター炒め●柚子香るたらフライ
- さつまいもと大豆の煮物●玉ねぎサラダ●つけもの <474kcal 2.8g>



ホースヒーリングで
心と身体のリフレッシュ



ヴィテン乗馬クラブ・
クレイン金沢



住 金沢市栗崎浜町1-7 休 火曜日
TEL 076-239-0009 12/30～1/2

Information

屋内練習場完備で雨や雪の日でも体験可能

こんなに口溶けが良くて柔らかいパン、初めて！

食パンのtonton

ご予約は前営業日13時まで

掲載商品販売週：1/6-1/30

長期保存の際は冷凍保存をおすすめします。消費期限は商品に記載がございます。ご予約は営業所までご連絡ください。商品は定期的に更新します。1/13はお休みです。

各曜日
数量限定

100個



お届け
火曜日

火曜日のtonton食パン

1斤(5枚切) ¥360 税込



レーズンを
より美味しく

お届け
水曜日

レーズンスティック

6個入り ¥360 税込



お届け
木曜日

シュガークロワッサン

4個入り ¥360 税込



お届け
金曜日

金曜日のtonton食パン

1斤(5枚切) ¥360 税込



ご注文から3営業日以降のお届け
献立内容は弊社おまかせとなります



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

特別価格
定価 ¥2,450
¥1,950 税込



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

特別価格
定価 ¥2,950
¥2,700 税込



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



中精商標
能登米こしひかり
5kg・能登産100%

¥4,880



三橋屋
金沢カレー
冷凍1kg・5～6人前
製造から6ヶ月保存可能

¥880



三橋屋
金沢カレーレトルト
レトルト180g・1人前

¥420



三橋屋
そのまんまOKカレー
甘口・中辛・6個入
アレルギーフリー・特定原材料7品目不使用。火や水が不要でそのまま食べられる

¥2,916



長谷川製薬
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



デザートコーヒー
加賀焼 KAGAYAKU
レギュラー(粉)
270g

¥930



東洋水産
ごっ盛り
ちゃんぽん・塩田・味噌・
豚骨醤油・ワンタン醤油
ソース焼きそば

¥1,800

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
お客様名		
ご住所		
電話番号		

ご注文はTEL・FAXか注文用紙を配達員へ
ご注文の場合は、FAX送信いただくか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。カッパめんはケース販売のみです。価格はすべて税込価格です。