

2025 12/22 ▶ 1/3
2026



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時までにお願ひします。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



当日 9:15

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)

■12月22日(月)
<458kcal 2.7g>
・角揚げの
そばろがけ
・オムレツ
・のり塩チキンカツ
・マカロニサラダ
・チンゲン菜の煮浸し

ホッとする
和の味

■12月23日(火)
● **NomTok**
● **もれなく
優待クーポン
プレゼント**
詳しくはうら面を

■12月24日(水)
<360kcal 3.6g>
・海老のベシャメルフライ
・ペッパーハンバーグ
・白菜のサラダ
・こんにゃくの
炒め物
・星型ポテト

おすすめ
ご馳走フライ

■12月25日(木)
<285kcal 2.6g>
・きのこご飯
・玉子と豆腐の
海鮮中華煮
・たこカツ
・グラタン
・大根のサラダ
・がんもの煮物

海鮮の
旨味

■12月26日(金)
<279kcal 2.4g>
・豚肉のペッパー炒め
・ハムポテトサラダフライ
・たらの漬焼き
・チンゲン菜の和え物
・ごぼう巻きの煮物

■12月27日(土)
<521kcal 2.4g>
・チキンステーキ
・ひじきと大根の煮物
・チンゲン菜のサラダ
・野菜炒め

■12月29日(月)
・お休みです

■12月30日(火)
・お休みです

■12月31日(水)
・お休みです

■1月1日(木)
・お休みです

■1月2日(金)
・お休みです

■1月3日(土)
・お休みです



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

¥ 740 税込

注文・変更締め切り: 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

■12月22日(月)
<608kcal 3.0g>
・発芽玄米
・ハンバーグの
味噌デミソース
・ひじきとれんこんの煮物
・チンゲン菜のサラダ
・新豆腐のふわふわ揚げ
・じゃがいものコンソメ煮

奥深い
コク

■12月23日(火)
<610kcal 2.9g>
・麦飯
・豚肉ときのこの
塩炒め
・いか天ぷら
・高野豆腐の煮物
・マカロニサラダ
・白菜の黒こしょう炒め

■12月24日(水)
<592kcal 2.5g>
・十六穀米
・さばのカレー焼き
・グラタン
・ごぼうサラダ
・もやし炒め
・菜の花の
ピーナッツ和え

クセになる味

■12月25日(木)
<605kcal 2.0g>
・黒米
・とりささみ天ぷら
・信田巻の煮物
・小松菜のなめたけ和え
・千草焼き
・こんにゃくの
甘味噌炒め

食べ応え
あり

■12月26日(金)
<586kcal 2.4g>
・五穀米
・豚肉と大根の甘辛煮
・さわらの七味焼き
・白菜のからし和え
・にらと玉子の炒め物
・こんにゃくのサラダ

■12月27日(土)
<590kcal 1.7g>
・魚のドレッシングがけ
・焼き肉詰めいなり
・おまかせ一品
・チンゲン菜のサラダ
・白菜と豆腐の炒め物

■12月29日(月)
・お休みです

■12月30日(火)
・お休みです

■12月31日(水)
・お休みです

■1月1日(木)
・お休みです

■1月2日(金)
・お休みです

■1月3日(土)
・お休みです



あっつあっつのお鍋をのり
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
¥ 700 税込

鍋のみ
(ごはんなし)
¥ 530 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、たまごをあっつあっつに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、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っさりしながら、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。

旧年中は大変お世話になりました。本年もこれまで同様にお客様へお祝いのお弁当を届けることを主題とし、給食弁当の製造に邁進いたします。

本年もみなさまのご期待に添えますよう社員一同一生懸命精進していきます。本年もどうぞよろしくお願ひいたします。

令和八年元旦 卍

あっつあっつ
おめでとう
おめでとう
おめでとう

株式会社 一膳
代表取締役 越田 一

ホームページリニューアル

食の可能性を、広げよう。

READ MORE!

食に、
限界はない。

人を良くすると書いて、食。

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。土曜日は2営業日前午後1時までにご注文下さい。

	12/22 月	12/23 火	12/24 水	12/25 木	12/26 金	12/27 土	12/29 月	12/30 火	12/31 水	1/1 木	1/2 金	1/3 土
ヘルシー膳												
季節膳												
健康膳												

■年始の予約商品の締切は12/27(土)の13時まで
■1/5(月)の季節膳は お休みです

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を販売中です。おいしいお米をご自宅いかがですか。詳しくはうら面をご覧ください。



提供/中橋商事

