

2026

1/5 → 1/17

ICHIZEN
 株式会社 一膳

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


 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**にお願いします。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。お弁当は食品衛生法上、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

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: 約328kcal、大: 約437kcal、小: 約281kcal
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
あ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

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時までにお願いします

 ■ 1月5日(月)
 <297kcal 3.1g>
 ・あじフライ
 ・春雨の中華炒め
 ・ほうれん草のサラダ
 ・高野豆腐の煮物
 ・おすすめ一品
 醤油でさっぱり

 ■ 1月6日(火)
 <339kcal 2.6g>
 ・ハンバーグの旨味野菜のせ
 肉と野菜でバランス◎
 ・野菜コロッケ
 ・小松菜の和え物
 ・れんこんきんぴら
 ・おすすめ一品

 ■ 1月7日(水)
 <295kcal 2.9g>
 ・チキンカレー
 ・春巻
 ・里芋のごま味噌煮
 ・ゆかり和え
 ・千草焼き
 ・おすすめ一品

 ■ 1月8日(木)
 <340kcal 2.9g>
 ・五目ごはん
 ・有頭海老フライ
 ・つきこんの中華炒め
 ・青菜のサラダ
 ・白菜の煮浸し
 ・おすすめ一品

 ■ 1月9日(金)
 <306kcal 3.3g>
 ・こだわり豚肉炒め
 ・いかハンバーグ
 ・さばの竜田揚げ
 ・キャベツのサラダ
 ・メンマの煮物
 ・おすすめ一品

 ■ 1月10日(土)
 <366kcal 3.8g>
 ・チキンカツ
 ・オムレツ
 ・チンゲン菜のサラダ
 ・さつま揚げの照り焼き
 ・おすすめ一品

 ■ 1月12日(月)
 ・お休みです

 ■ 1月13日(火)
 <347kcal 3.7g>
 ・キャベツのピリ辛炒め
 やみつき旨辛味
 ・バーナー^{コーン}
 コロッケ
 ・チキンピカタ
 ・春雨しそサラダ
 ・さつま揚げの煮物

 ■ 1月14日(水)
 <323kcal 2.5g>
 ・鶏肉のスタミナ炒め
 ・イカメンチカツ
 ・オムレツ
 ・ほうれん草の和え物
 ・切干大根の煮物
 ・おすすめ一品

 ■ 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16日(金)
 <325kcal 2.6g>
 ・鶏ひき肉と
 玉ねぎの甘辛丼
 ・トマトとコーンのフライ
 ・豆腐ハンバーグ
 ・キャベツのサラダ
 ・こんにゃくの炒め物
 ・おすすめ一品

 ■ 1月17日(土)
 <416kcal 3.8g>
 ・おまかせフライ
 ・がんもの煮物
 ・大根の酢の物
 ・高菜饅頭
 ・おすすめ一品

 ■ 1月5日(月)
 <585kcal 2.3g>
 ・発芽玄米
 ・ハンバーグのトマトで
 トマトソース リコピン摂取
 ・サーモンフライ
 ・がんもの煮物
 ・小松菜のサラダ
 ・マカロニソテー

 ■ 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
 ・きのこソテー

 ■ 1月7日(水)
 <600kcal 2.6g>
 ・十六穀米
 ・白身魚の塩こうじ野菜がけ
 肠活
 メニュー
 ・さつまいもコロッケ
 ・さつま揚げの煮物
 ・ごぼうのサラダ
 ・高野豆腐の煮物

 ■ 1月8日(木)
 <596kcal 2.0g>
 ・黒米
 ・豆腐と牛肉の甘辛煮
 ・ほうれん草のソテー
 ・キャベツのシーザーサラダ
 ・あじのしそ巻き天ぷら
 ・大根の酢の物

 ■ 1月9日(金)
 <580kcal 2.1g>
 ・五穀米
 ・豚しゃぶ
 疲労回復
 メニュー
 ・玉子とじ
 ・ほっけの塩焼き
 ・チングン菜の和え物
 ・じゃがいもの炒め物

 ■ 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
 ・チングン菜のサラダ
 ・根菜煮

 ■ 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
 ・いんげんのごまサラダ

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

 ■ 1月15日(木)
 <610kcal 2.1g>
 ・黒米
 ・鶏の照り焼き
 バランスよい
 和食
 ・信田巻の煮物
 ・大根のツナのサラダ
 ・じゃがいものソテー^{和食}
 ・れんこんのわさび和え

 ■ 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
 ・白菜の中華炒め

 ■ 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


月曜日

火曜日

水曜日

木曜日

金曜日

鍋焼きうどん

すき焼き

カレーうどん

ごま豆乳なべ

煮込みラーメン 白湯

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。めにごはんを入れるのが美味!

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。

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!

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: 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

内容: うどん、海老天、たまご、かまぼこ、いたけ、一味唐辛子、だしつゆ

内容: 牛肉、焼き豆腐、しいたけ、うどん、たれつゆ 水は不要です

内容: うどん、かまぼこ、豚肉、玉ねぎ、にんじん、カレーだし

内容: 豚肉、白菜、豆腐、水餃子、油揚げ、じやがいものソテー

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は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。

ホームページリニューアル

食の可能性を、広げよう。



スマホで注文、パソコンで管理。お弁当の注文をカンタンに！

LunchWebで業務改善
はじめませんかコスト¥0 ではじめる時短・業務改善を
ご提案します

- ▶ ランニングコスト、導入費用は無料
- ▶ 個人での注文、まとめての注文、代理注文が可能
- ▶ 当日注文、予約注文、変更も対応 (1分先まで)
- ▶ 自動注文(注文の固定)設定が可能
- ▶ 注文履歴の確認、明細確認も可能
- ▶ CSVデータの抽出可能

詳しくはウェブページをご覧ください

導入まで準備期間が必要／ガラケー未対応／お支払い機能はございません

公式 SNS 配信中



@ichizengroup.ishikawa



@ichizen.group



@ichizengroup



注文書 一膳本社

1/5 月	1/6 火	1/7 水	1/8 木	1/9 金	1/10 土	1/12 月	1/13 火	1/14 水	1/15 木	1/16 金	1/17 土
膳											
季節膳											
健康膳											

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

