2026

2/2 ▶ 2/14

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
本社／工場　金沢市専光寺町そ 87 番地
営業時間　8:00-17:00［平日］ 8:00-14:00［土曜日］
Website　https://ichizengroup.co.jp

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）

■2月2日（月）
<337kcal 2.8g>
・ハンバーグのデミソース　王道ハンバーグ
・えびカツ
・小松菜の和え物
・もやし炒め
・おすすめ一品

■2月3日（火）
<368kcal 2.8g>
・白菜と春雨の中華炒め
・いわし磯辺フライ
・つくね
・キャベツのサラダ
・がんもの煮物
・おすすめ一品

■2月4日（水）
<362kcal 3.2g>
・スペイン風オムレツ
・ソースメンチカツ
・ほうれん草の和え物
・大根の煮物
・おすすめ一品

■2月5日（木）
<321kcal 2.8g>
・きのこごはん
・里芋の味噌煮
・かき揚げ
・たらのみりん焼き
・れんこんのサラダ
・ツナマカロニ　ほっこり和食で

■2月6日（金）
<319kcal 3.5g>
・唐揚げ丼
・野菜コンソメ炒め
・大根のサラダ
・さつま揚げの煮物
・おすすめ一品　ご飯にのせて丼タレで

■2月7日（土）
<328kcal 3.1g>
・豆腐の卵とじ
・おまかせフライ
・白菜の黒こしょう炒め
・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

■2月9日（月）
<445kcal 2.9g>
・チキンカツとカレーコロッケ
・海鮮ステーキ
・小松菜のサラダ
・もやし炒め
・ピンク餅　Happy Valentine
2/9 ～ 2/13 デザートフェア

■2月10日（火）
<339kcal 2.5g>
・キャベツと海鮮の玉子とじ　野菜と海鮮の旨味
・ハムカツ
・カレーそぼろ丼
・ほうれん草の和え物
・高菜饅頭
・シュークリーム

■2月11日（水）
・お休みです

■2月12日（木）
<305kcal 3.1g>
・豆腐のすき焼き風
・えびカツ
・白揚げ天の煮物
・チンゲン菜のサラダ
・たい焼き
・おすすめ一品

■2月13日（金）
<362kcal 3.0g>
・豆腐ハンバーグステーキソース　コク旨ソース
・コーンフライ
・マカロニサラダ
・大根の味噌煮
・プチケーキ

■2月14日（土）
<281kcal 3.9g>
・オムレツのカレーソース
・おまかせフライ
・青菜のサラダ
・切干大根の煮物
・おすすめ一品

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

■2月2日（月）
<590kcal 2.3g>
・発芽玄米
・さわらのバターポン酢野菜がけ
・茄子はさみ揚
・じゃがいものソテー
・しろ菜のサラダ
・いんげんの煮物

■2月3日（火）
<575kcal 2.0g>
・麦飯
・揚げ出し豆腐の野菜かけ　旨味たっぷりきのこがけ
・オムレツ
・春菊の和え物
・大豆の煮物
・れんこんきんぴら

■2月4日（水）
<613kcal 2.3g>
・十六穀米
・鶏ももの黒酢あんかけ　黒酢で疲れリセット
・信田巻の煮物
・キャベツのサラダ
・ピーマンの炒め物
・かにしゅうまい

■2月5日（木）
<573kcal 2.2g>
・黒米
・豚肉の甘辛炒め
・たらの西京焼
・さつま揚げの煮物
・ごぼうサラダ
・いんげんの炒め物

■2月6日（金）
<609kcal 2.6g>
・五穀米
・さばのトマトソースがけ
・高野豆腐の玉子とじ
・白菜のシーザーサラダ
・ほうれん草の和え物
・春巻

■2月7日（土）
<575kcal 2.8g>
・赤魚のドレッシングがけ
・しんじょう
・白菜の黒こしょう炒め
・チンゲン菜のサラダ
・小松菜ともやしの煮物

■2月9日（月）
<585kcal 2.7g>
・発芽玄米
・豚肉の中華炒め
・あじのしそ巻き天ぷら
・巾着の煮物
・ほうれん草のサラダ
・じゃがいものコンソメ煮

■2月10日（火）
<570kcal 2.9g>
・麦飯
・焼きあじのゆずマリネ　ゆずでさっぱり
・ハム入りオムレツ
・角揚げの煮物
・菜の花の和え物
・白菜のバター炒め

■2月11日（水）
・お休みです

■2月12日（木）
<604kcal 2.6g>
・黒米
・鶏の塩唐揚げ
・いんげんの中華炒め
・キャベツのサラダ
・こんにゃくの煮物
・れんこんのマスタード炒め　ジューシー唐揚げ

■2月13日（金）
<576kcal 2.8g>
・五穀米
・鮭のクリームシチュー
・三角春巻
・ふろふき大根
・チンゲン菜の生姜和え
・しんじょう

■2月14日（土）
<570kcal 3.4g>
・チキンステーキ
・おすすめフライ
・焼き肉詰めいなり
・青菜のサラダ
・茄子と揚げの煮物

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

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

月曜日

鍋焼きうどん

和風だしの鍋焼きうどんと海老天、たまごをあつあつでお召し上がりください。〆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！〆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

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撹拌し、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おりません。

切り取りし、配達員にお渡しください

注文書　一膳本社

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。

	2/2 月	2/3 火	2/4 水	2/5 木	2/6 金	2/7 土	2/9 月	2/10 火	2/11 水	2/12 木	2/13 金	2/14 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

ご予約承り中

ご注文締切：1月30日（金）13:00

人気の6種が揃った
恵方詰め合わせセット

商品A
恵方幸せ6本セット

内容：●えびカツタルタル●海鮮●焼き鶏●ねぎとろ鉄火●牛カルビ●しいたけ　かんぴょう／サイズ：直径約4.5cm×9.5cm（1本あたり）／外寸：180×265×H80mm

¥3,000 税込

やはたの恵方巻（えほうまき）

今年の恵方は南南東

お届け日	ご注文締切
2/3（火）	1/30（金）
お昼までにお届け	13:00まで

ご注文方法■ご注文は完全予約制となります。電話・FAX・メニューチラシ注文書にて承ります。ご注文締切は1月30日13時まで。■限定商品のため、お早めのご注文をおすすめします。■お届け後は冷蔵庫にて保管ください。■自社配達便にてお昼までにお届けいたします。（お届け時間指定はお受けできません）

具だくさんで福が
たっぷり詰まった
八福巻で一年の幸福を

商品B
八福巻

内容：うなぎ、玉子、きゅうり、椎茸、かんぴょう、とびこ、大葉、桜でんぶ（1本）
サイズ：直径約5cm×18cm

¥1,500 税込

うま味広がる
食べ応え抜群の逸品

商品C
ローストビーフ巻

内容：ローストビーフ（1本）
サイズ：直径約5cm×18cm

¥1,800 税込

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：2/2-2/27

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。商品は定期的に変更します。2/11・2/17・2/24はお休み。

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

お届け 水曜日
メープルデニッシュ
8個入り　¥360 税込

お届け 木曜日
さつまいもスティック
6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

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

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
定価 ~~¥2,160~~
特別価格 ¥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
定価 ~~¥2,960~~
特別価格 ¥2,700 税込

中橋商事
能登米こしひかり
5kg・能登産100%
¥4,880

一膳屋
金沢カレールー
冷凍1kg・5〜6人前
製造から6ヶ月保存可能
¥880

三徳屋
金沢カレーレトルト
レトルト180g・1人前
¥420

三徳屋
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

長谷川綿行
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

ダートコーヒー
加賀焼 KAGAYAKU
レギュラー・粉
270g
¥930

東洋水産
ごつ盛り
ちゃんぽん　塩焼そば
豚骨醤油　ワンタン醤油
ソース焼きそば
全5種均一価格
各12個入
¥1,800

オフィス倶楽部 ご注文欄

商品名	希望日	注文数量
		個
		個
		個
		個
		個
		個

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。カップめんはケース販売のみです。価格はすべて税込価格です。