2026

2/16 ▶ 2/28

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

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）

■2月16日（月）
<305kcal 2.3g>
・塩麻婆豆腐
・フィッシュフライ
・マカロニのカレー炒め
・もやしのサラダ
・チヂミ
大人の塩麻婆

■2月17日（火）
<301kcal 2.9g>
・豚肉とたけのこの中華炒め
・野菜コロッケ
・ハンバーグ
・チンゲン菜のサラダ
・白菜のコンソメ煮

■2月18日（水）
<346kcal 3.1g>
・チキン南蛮
・たこカツ
・ひじきと大豆の煮物
・大根の酢の物
・こんにゃくの炒め物
手作り濃厚タルタル

■2月19日（木）
<350kcal 2.3g>
・五目ごはん
・えびとたまごの春雨炒め
・ささみフライ
・ふんわり豆腐寄せ
・小松菜の和え物
・もやしのナムル
人気ごはん

■2月20日（金）
<300kcal 2.3g>
・大根のそぼろ煮
・さば梅しそフライ
・野菜の味噌バター炒め
・オクラのゆかり和え
・かにしゅうまい

■2月21日（土）
<298kcal 3.0g>
・おすすめフライ
・オムレツ
・ほうれん草のサラダ
・めかぶ

■2月23日（月）
・お休みです

■2月24日（火）
<314kcal 3.2g>
・豚肉と野菜の味噌煮
・しんじょう
・春雨サラダ
・バターコーンコロッケ
・さつま揚げの煮物
野菜たっぷり

■2月25日（水）
<296kcal 2.8g>
・チキンカレー
・あじフライ
・オムレツ
・チンゲン菜の和え物
・キャベツのコンソメ煮

■2月26日（木）
<378kcal 2.8g>
・味噌チキンカツ
・お好み焼き
・大根のポン酢和え
・れんこんきんぴら
甘辛味でご飯が進む

■2月27日（金）
ステーキハウス
薪火三庵
優待券プレゼント
詳しくは裏面を

■2月28日（土）
<260kcal 2.8g>
・豚肉のペッパー炒め
・ハムステーキ
・卵豆腐
・小松菜のサラダ
・キャベツの煮浸し

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16日（月）
<608kcal 2.3g>
・発芽玄米
・牛肉とブロッコリーのオイスター炒め
・しんじょう
・小松菜のわさび和え
・人参とツナの煮物
・イカリング

■2月17日（火）
<582kcal 2.5g>
・麦飯
・エビフライ
・カレー炒め
・きのこソテー
・じゃがいものピーナッツ和え
・オクラのゆかり和え
みんな大好き

■2月18日（水）
<611kcal 2.5g>
・十六穀米
・さばの塩焼き
・ヒレカツ
・信田巻の煮物
・菜の花のサラダ
・キャベツの中華炒め
青魚で血行促進

■2月19日（木）
<577kcal 2.6g>
・黒米
・焼き豆腐と豚肉の味噌煮
・いか天ぷら
・大根のそぼろ煮
・白菜のマリネ
・大豆のマスタード炒め

■2月20日（金）
<582kcal 2.3g>
・五穀米
・さわらのから揚げ中華あんかけ
・パンプキンキッシュ
・ひじきの煮物
・チンゲン菜の辛子マヨ和え
・まんじゅう

■2月21日（土）
<572kcal 3.2g>
・あじのドレッシングがけ
・おさつコロッケ
・チキンステーキ
・ほうれん草のサラダ
・大根と竹輪の煮物

■2月23日（月）
・お休みです

■2月24日（火）
<615kcal 3.2g>
・麦飯
・揚げ豆腐の八宝あんかけ
・焼きさつま揚げ
・春雨サラダ
・大根の煮物
・大豆のマリネ
体に優しいメニュー

■2月25日（水）
<572kcal 2.4g>
・十六穀米
・さけの南蛮漬け
・いんげんの炒り煮
・焼きつくね
・れんこんのわさび和え
・小松菜のサラダ

■2月26日（木）
<608kcal 2.0g>
・黒米
・牛肉の生姜煮
・ほっけの塩こうじ焼き
・里芋の煮物
・ごぼうサラダ
・もやし炒め
生姜でポカポカ

■2月27日（金）
<589kcal 3.5g>
・五穀米
・根菜ハンバーグの和風ソース
・チーズ大葉巻
・さつま揚げの煮物
・ポテトマカロニサラダ
・チンゲン菜と卵の炒め物
食物繊維を摂ろう

■2月28日（土）
<575kcal 3.1g>
・オムレツのデミグラスソース
・にら饅頭
・絹ごし揚げの煮物
・小松菜のサラダ
・白菜の塩昆布炒め

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。

	2/16 月	2/17 火	2/18 水	2/19 木	2/20 金	2/21 土	2/23 月	2/24 火	2/25 水	2/26 木	2/27 金	2/28 土
ヘルシー膳												
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

能登牛をはじめ厳選和牛を〝薪火ステーキ〟で楽しめるレストラン

「鉄板焼」と並び薪火を使用した
「炙り焼き」の調理スタイルを導入するステーキハウス

金沢港直送の魚介やオマール海老（ロブスター）など海鮮や加賀野菜など素材にこだわる。

MAKIBI SAN-AN
薪火三庵
まきびさんあん
076-256-0760

JR金沢駅から徒歩6～7分の好立地

住所
石川県金沢市本町1-3-27

定休日
水曜（祝日の場合は営業、翌日休）

https://san-an.jp

Lunch 11:30～14:00（LO）¥4,180～
Dinner 17:00～21:00（LO）¥14,520～
※ 月・火・木曜はディナー営業のみ
※ 個室もございます（最大4名様・有料）

MAKIBI SAN-AN 薪火三庵 × ICHIZEN GROUP

コラボ企画

2月27日（金）お弁当購入の方にもれなく
ワンドリンクサービスクーポン券プレゼント！

2月27日弁当献立
●豆腐のすき焼き風玉子とじ●旨味イカカツ
●白身魚の旨塩漬け●ほうれん草のサラダ
●野菜炒め ＜281kcal　2.5g＞

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。3/11・3/17・3/24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

五郎島金時
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

冷凍弁当の L-BOX

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

一勝屋
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

お値打
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

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

大盛りカップ麺
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。