



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 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、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
いつでも愛される味を



当日 9:15

特膳

¥690 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)

3月2日(月) <405kcal 3.6g>
・肉じゃがコロケと海鮮ステーキ
・ピリ辛そば
・ほうれん草のサラダ
・ピーマンと竹輪の炒り煮
・カリフラワーのサラダ

ピリ辛味がご飯に合う

3月3日(火) <318kcal 2.5g>
・鶏野菜味噌鍋風
・イカキャベツカツ
・ほっけの塩焼き
・小松菜のサラダ
・ひじきと大根の煮物
・まんじゅう

地元の味で免疫UP

3月4日(水) <490kcal 3.4g>
・チーズインメンチカツ
・グラタン
・キャベツの和え物
・白揚げ天の煮物
・大豆の煮物

3月5日(木) <369kcal 2.2g>
・ひじきご飯
・海鮮と春雨の旨煮
・ベーコンとブロッコリーのフライ
・れんこんの中華炒め
・白菜の梅和え
・チヂミ
・さつまいものバターソテー

3月6日(金) <322kcal 3.3g>
・麻婆豆腐
・さわら大葉フライ
・オムレツ
・大根のなます
・もやし炒め
・ごぼうの炒め煮

定番メニュー

3月7日(土) <336kcal 3.1g>
・韓国風炒め
・ベーコンポテトバーグ
・白菜の煮浸し
・チンゲン菜のサラダ
・焼きさつま揚げ
・切干大根の煮物

3月9日(月) <420kcal 3.4g>
・ミートボールのタルタルソースがけ
・揚げ餃子
・さつま揚げの煮物
・小松菜のサラダ
・人参きんぴら
・れんこんマリネ

3月10日(火) 金沢育英センター
コラボ企画
特別優待券
プレゼント
詳しくは裏面を

3月11日(水) <338kcal 2.5g>
・鶏肉の甘辛炒め
・玉子サラダフライ
・お好み焼き
・チンゲン菜の和え物
・白菜のコンソメ煮
・ひじきの煮物

3月12日(木) <486kcal 3.9g>
・海鮮と豆腐の塩煮込み
・たこカツ
・焼きつくね
・コールスローサラダ
・春雨のポン酢炒め
・もずく

海鮮の旨味

3月13日(金) <371kcal 3.2g>
・おでん煮
・ソーセージカツ
・白身魚の生姜焼き
・いんげんのごまサラダ
・大根の炒め物
・じゃがいものバターソテー

和献立メニュー

3月14日(土) <400kcal 3.5g>
・チキンステーキ
・おまかせフライ
・ほうれん草のサラダ
・さつま揚げの煮物
・白菜と竹輪のカレー炒め

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・変更の締め切り: 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

3月2日(月) <610kcal 3.2g>
・発芽玄米
・たらの天ぷら
・和風あんかけ
・しゅうまい
・里芋の味噌煮
・カリフラワーのサラダ
・ほうれん草の和え物

カリフラワーでビタミンC

3月3日(火) <602kcal 2.4g>
・麦飯
・牛肉の赤ワイン煮
・ふんわり豆腐寄せ
・菜の花の和え物
・キャベツの中華和え
・桜餅

サクッとヘルシー

3月4日(水) <601kcal 2.9g>
・十六穀米
・えび天ぷら
・大豆の煮物
・野菜炒め
・小松菜のごま和え
・千草焼き

3月5日(木) <587kcal 2.6g>
・黒米
・鶏肉の照り焼き
・春巻
・さつま揚げの煮物
・さつまいものバターソテー
・白菜のサラダ

食物繊維で肌荒れ防止

3月6日(金) <575kcal 2.8g>
・五穀米
・焼きあじの南蛮漬け
・肉団子と大根の煮物
・マカロニサラダ
・ブロッコリーサラダ
・ごぼうの炒め煮

さらさらで消化促進

3月7日(土) <576kcal 2.5g>
・鶏肉と白菜の味噌炒め
・じゃが煮
・明太オムレツ
・チンゲン菜のサラダ
・もやしとえびの中華炒め

3月9日(月) <601kcal 2.5g>
・発芽玄米
・赤魚のバター醤油焼き
・野菜炒め
・ごぼうサラダ
・えび団子の煮物
・チンゲン菜のさっと煮

高タンパク体サポート

3月10日(火) <575kcal 2.6g>
・麦飯
・豚肉とセロリの中華炒め
・あじのしそ巻き天ぷら
・紅生姜天の煮物
・白菜のサラダ
・ほうれん草のゆず和え

3月11日(水) <595kcal 2.8g>
・十六穀米
・チキンステーキ
・ひじきの煮物
・いんげんのソテー
・春雨の中華和え
・トリュフ入ポテトサラダ

3月12日(木) <573kcal 3g>
・黒米
・肉団子と大根の煮物
・さわらの七味焼き
・白菜の中華炒め
・もやしの中華和え
・オクラのサラダ

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、たまごをあつあつで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。あつあつ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

白濁バイタンスープがあつさりしながら、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。

トントパンが作るこだわりの惣菜パンと心ほっとける菓子パンの日替りセット



予約: 限定 500

トントパンの焼きたてくらぶ

¥420 税込

日替り2ヶセット/注文締切: 前営業日13時/賞味期限: 販売日翌日/販売日: 火曜日~金曜日(月・祝・祝翌日は休み)/単品販売不可/1日限定500セット



オープニングキャンペーン あたる
3月3日(火)
ウインナーパン/メロンパン



オープニングキャンペーン あたる
3月4日(水)
枝豆チーズパン/くるみとぶどうのじゅりじゅりパン



3月5日(木)
ベーコンピザパン/天津甘栗パン



3月6日(金)
焼きカレーパン/黒ごまの三色豆パン



3月10日(火)
じゅりじゅりくるみ/串付きフランクドッグ



3月11日(水)
とろろびチーズのベーコンエピ/メープルメロンパン



3月12日(木)
こんがりジュシーハンバーグ/マスカルポーネのぼうしパン



3月13日(金)
tonton風シナモンロール/ポロニアソーセージピザ

ポイントラリー

商品に貼り付けてあるポイントシールを集めてトントパンの食パンをもらおう! 詳しくはウェブサイトへ



トントパンの焼きたてくらぶウェブサイト

Table with columns for dates (3/2 to 3/14) and rows for menu items: 特膳, 季節膳, 健康膳, 焼きたてくらぶ.

Table with columns for dates (3/9 to 3/14) and rows for menu items: 特膳, 季節膳, 健康膳, 焼きたてくらぶ.

Order form with fields for お客様名 (Customer Name), ご住所 (Address), and 電話番号 (Phone Number).

Advertisement for 'おいしいお米を販売中!' (Delicious rice for sale!) with text and a rice stalk illustration.

START!



春の頑張りで、
成長は加速する。

対象学年：新小1～新高3

育英の春期講習生・ 4月入塾生募集中!!

3月10日の献立 ●キーマカレー●クリーミーフライ●オムレツ
●大根の酢の物●キャベツのソテー●白菜のサラダ <358kcal 3.6g>

英知・徳・自立を育む

金沢育英センター

×

人を良くすると書いて、食。
ICHIZEN GROUP

コラボ企画

3/10※のお弁当注文で割引クーポンプレゼント!!

春期講習申込または
4月入塾で
3,300円 割引!!

金沢育英センターの詳細情報はコチラから

※クーポンご持参の上、窓口にてお申込ください。
※春期講習申込または4月入塾ともに早期割引や友人紹介などの他の特典とは併用できません。
※WEB申込の場合は本特典の対象外となります。



ikuei 検索

金沢本部校
金沢市本町2-1-25
Tel.076-233-6446

小松校
小松市土居原町178
Tel.0761-23-0233

東金沢校
金沢市三池町197-59
Tel.076-254-6850

津幡校
河北郡津幡町北中条2-3
Tel.076-254-0410



株式会社 米心石川

春のお彼岸 おはぎ 季節限定

スタッフとシェアしたりおうちでご家族と味わったりいろいろお楽しみください。

自家製ミニおはぎ
4ヶ入りパック

賞味期限：お届け当日中
内容量：60g×4ヶ
(あんこ×2・きなこ・ごま)

¥420

自家製おはぎ
2ヶ入りパック

賞味期限：お届け当日中
内容量：100g×2ヶ
(あんこ・きなこ)

¥350

おはぎのお届け日 3/11 3/18 3/25 4/1 4/8
注文締切 お届け日2営業日前13時

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

中粒尚平
能登米こしひかり
5kg・能登産100%

¥4,880

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 **¥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 **¥2,700 税込**

一精屋
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

お値打
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
飲みわたる
味わい

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・塩揚げ
豚骨醤油・フナタン醤油
ソース焼きそば

全5種均一価格
各12個入り

¥1,800

三徳屋
金沢カレーレトルト
レトルト180g・1人前

¥420

三徳屋
そのままOKカレー
甘口・中辛/6個入り
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

オフィス倶楽部 ご注文欄		
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が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。