



人を良くすると書いて、食。

MERCY NAGATA

株式会社メルシーナガタ

TEL 076-263-1371 FAX 076-263-1370

本社/工場 金沢市藤江南1丁目15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... 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。

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

ヘルシーランチ

¥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)

■5月11日(月)
<430kcal 2.6g>
・エビフライ
・ひじきと大豆の煮物
・かぼちゃ入り豆腐ハンバーグ
・もやしの生姜和え
・小松菜サラダ
今週は~五月病予防フェア~

■5月12日(火)
<368kcal 2.7g>
・豚肉となすの酢豚ソース炒め
・えびとブロッコリーのガーリック和え
・春巻き
・黒酢つくね
・大根サラダ
コク旨で
ごはんが進む

■5月13日(水)
<308kcal 2.6g>
・たらの漬け焼き
・レバー炒め
・れんこん天ぷら
・大豆のトマト煮
・菜の花とたけのこのからし和え

■5月14日(木)
<370kcal 3.5g>
・豚肉と小松菜のすき煮
・ねぎ焼き
・白身魚梅しそフライ
・白菜とがり大根炒め
・豆腐とわかめのチョレギ
・サラダ

■5月15日(金)
<389kcal 3.2g>
・冷しゃぶ風~ポン酢付き~
・厚揚げとキャベツのあさり炒め
・サバの塩焼き
・ひじきとごぼうのサラダ
・チキンナゲット

■5月16日(土)
<311kcal 3.8g>
・オムレツのカレーソース
・おまかせフライ
・ほうれん草のサラダ
・めかぶ

■5月18日(月)
<387kcal 2.2g>
・鶏唐ガーリックナッツ玉ねぎがけ
・きのこ炒め
・オムレツ
・れんこん金平
・もやしサラダ
スタミナ満点

■5月19日(火)
<289kcal 2.5g>
・豚肉ともやしのダッカルビ炒め
・こんにゃくとちくわ煮
・小松菜の和え物
・ミモザサラダ
・ブリカツ

■5月20日(水)
<385kcal 2.6g>
・天ぷら
・大根とちりめん炒め
・豆腐ハンバーグ
・五目煮
・水菜サラダ
ボリュームたっぷり

■5月21日(木)
<380kcal 3.0g>
・豚肉と根菜の味噌煮
・昆布煮
・たけのこコロッケ
・野菜つくね巻き
・人参サラダ
コク旨で
箸が進む

■5月22日(金)
<294kcal 3.3g>
・エビマヨ
・春雨サラダ
・チヂミ
・コーンじゃが炒め
・イカカツ

■5月23日(土)
<262kcal 3.6g>
・豚肉のペッパー炒め
・ハムステーキ
・卵豆腐
・大根の酢の物
・キャベツの煮物

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

■5月11日(月)
<612kcal 2.4g>
・発芽玄米
・牛肉とブロッコリーのオイスター炒め
・パンプキンキッシュ
・小松菜のわさび和え
・人参とツナの煮物
・がんもの煮物

■5月12日(火)
<579kcal 3.2g>
・麦飯
・オムレツのミートソースがけ
・信田巻の煮物
・きのこソテー
・大根のサラダ
・オクラのゆかり和え
ライラ防止

■5月13日(水)
<615kcal 2.9g>
・十六穀米
・さばの塩焼き
・ふろふき大根
・ヒレカツ
・菜の花のサラダ
・キャベツの中華炒め
さばで
集中力UP

■5月14日(木)
<629kcal 2.4g>
・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
・白菜のサラダ
・大豆のマスタード炒め

■5月15日(金)
<623kcal 2.7g>
・五穀米
・鶏肉のマリネ
・しんじょう
・ひじきの煮物
・レモン蒸しパン
・チンゲン菜の辛子マヨ和え
クエン酸を
摂ろう

■5月16日(土)
<584kcal 3.5g>
・あじのドレッシングがけ
・クリーミーコロッケ
・豆腐ハンバーグ
・ほうれん草のサラダ
・ジャーマンポテト

■5月18日(月)
<624kcal 3.5g>
・発芽玄米
・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

■5月19日(火)
<618kcal 3.2g>
・麦飯
・揚げ豆腐の八宝あんかけ
・オムレツ
・春雨サラダ
・大根の煮物
・大豆のマリネ
旨味
たっぷり

■5月20日(水)
<581kcal 2.7g>
・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
わさびで
シャキッと

■5月21日(木)
<615kcal 1.9g>
・黒米
・牛肉の生姜煮
・ほっけの塩こうじ焼き
・キャベツの中華炒め
・ごぼうサラダ
・菜の花のごま和え

■5月22日(金)
<594kcal 2.9g>
・五穀米
・さわらの幽庵焼き
・ごまささみカツ
・里芋の味噌煮
・ほうれん草のサラダ
・もやし炒め

■5月23日(土)
<602kcal 3.3g>
・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
・大根の酢の物
・小松菜ともやしの煮物

春と夏はさっぱり食べやすい麺セット、
オリジナル金沢カレーのお弁当



予約

季節膳

夏の季節膳スタートです!
¥700 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時までにお願ひます



月曜日

山菜入り日本そばと二色丼
日本そば・山菜・ご飯・鶏ひき肉と錦糸卵
アジフライ・タルタルソース・めんつゆ



火曜日

肉うどんとわかめご飯
讃岐うどん・豚肉・わかめご飯・ハンバーグ
コーン・めんつゆ・おろしポン酢



木曜日

きつねうどんとかき揚げ丼
讃岐うどん・油揚げ・野菜かき揚げ・ご飯・イカカツ
ポテトサラダ・めんつゆ・丼たれ



金曜日

ネバとろそばとゆかりご飯
日本そば・オクラ・ゆかりご飯・鶏天・玉子焼き
ウインナー・とろろ・めんつゆ



水曜日

金沢カレーとロースカツ
金沢カレー・とんかつ・ご飯
福神漬け・ソース

QLG オリジナル金沢カレーを販売しています。冷凍ルーなので解凍し、温めるだけで召し上がれます。



季節膳について
商品は予約注文となります。前営業日13時までにご注文ください。(変更も同様です)
そば・うどんは食べ終わりましたら残りつゆを廃棄いただきますようご協力ください。

トントンパンで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

トントンパンの
焼ききたてくらぶ

¥420 税込

日替わり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

Grid of bread products with dates and descriptions:
5月12日(火) シナモン香るカフェラテクッキークロワッサン/とろのびチーズのベーコンエピ
5月13日(水) 黒ごまの三色豆パン/月見とろ~りカレーピザ
5月14日(木) マスカルポーネのぼうしパン/ウインナーパン
5月15日(金) シナモンアップル/ぼてち一明太
5月19日(火) メープルメロンパン/ベーコンエッグ
5月20日(水) 五郎島金時あんパン/サイコロチーズロール
5月21日(木) じゃりじゃりぶどう/カレーウインナーエピ
5月22日(金) カフェラテデニッシュロール/おつまみ枝豆コーンマヨ

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ンパンの食パンをもらおう!
詳しくはウェブサイトへ



トントンパンの
焼ききたてくらぶ
ウェブサイト

Order form table with columns for dates (5/11 to 5/23) and rows for products: ヘルシー, 季節膳, 健康膳, 焼ききたてくらぶ, 食パン. Includes fields for customer name, address, and phone number.

Advertisement for Tontontan bread:
こんなに口溶けが良くて柔らかいパン、初めて!
食パンのtontonton
お届け 毎週 金曜日
1斤(5枚切)
¥360 税込
ご予約は前営業日13時まで
金曜日が祝日・祝翌日の場合はお休み

