

WEB/TELにて  
当日午前9時5分まで  
受付しています。



献立の一部を変更する場合はSNSにて配信いたします。



**ビジネス 470円 (税込)** (主食大盛り+80円) 435円 (税抜)

【平均栄養量】熱量740kcal(内主食約366kcal)たんぱく質20.8g  
担当栄養士: 福田

- 1 土 牛肉コロッケ ウインナー
- 2 日 白身魚フライ 大根旨煮
- 3 月 **ざんき** 茄子トマト煮
- 4 火 豚肉生姜焼き 竹輪カレー揚げ
- 5 水 ハンバーグデミソース 野菜コンソメ煮
- 6 木 フライドチキン フラワーエッグ
- 7 金 メンチカツ 蓮根金平
- 8 土 ドライカレー&チキンカツ 卵ロール
- 9 日 鯖塩焼き 茄子天ぷら
- 10 月 すき煮 麻婆春雨
- 11 火 回鍋肉 春巻き
- 12 水 アジフライ タンドリーチキン
- 13 木 **ロースカツ 野菜肉巻きフライ**
- 14 金 チキンカツカレーマヨがけ 白菜中華和え
- 15 土 ハムカツ 金平ごぼう
- 16 日 さごし塩焼き カレーコロッケ
- 17 月 白身魚フライ 豚キムチ炒め
- 18 火 **炊き込みご飯** 照焼きチキン
- 19 水 すき煮 カニクリームコロッケ
- 20 木 **ハピック弁当の日(ざんき ケイジャン唐揚げ)**
- 21 金 ビビンバ風炒め かき揚げ
- 22 土 アジフライ 野菜炒め
- 23 日 牛肉コロッケ ホキ一味焼き
- 24 月 ハンバーグおろしダレ 竹輪磯辺揚げ
- 25 火 チキン南蛮 肉焼売
- 26 水 回鍋肉 コロッケ
- 27 木 ロースカツ 豆腐ふわふわ揚げ
- 28 金 **炊き込みご飯** 白身魚フライ

**ヘルシー 470円 (税込)** 435円 (税抜)

【平均栄養量】熱量585kcal(内主食約310kcal)、たんぱく質17.3g  
担当栄養士: 福田

- 1 土
- 2 日
- 3 月 プリ照焼き カレールー包み揚げ **ご飯ののっけて天津飯に!**
- 4 火 のっけて天津飯 かに玉風あんかけ
- 5 水 わかめご飯 コク旨チーズコロッケ
- 6 木 プルコギ風炒め フラワーエッグおろしがけ
- 7 金 **バラ寿司** 豆腐ハンバーグ
- 8 土
- 9 日 **今月のイチオシ**
- 10 月 エビベシャメルフライ ハムカツ
- 11 火 **ご飯ののっけてタコライスに!**
- 12 水 タコライス風炒め
- 13 木 ゆかりご飯 焼きつくねチーズ
- 14 金 **大人だってお子様ランチ♥(ハンバーグ&エビフライ)**
- 15 土
- 16 日
- 17 月 味噌豚肉じゃが 椎茸肉詰めフライ
- 18 火 チーズインメンチカツトマトソース 蓮根炒め
- 19 水 **バラ寿司** 鯖山椒焼き
- 20 木 わかめご飯 ロースカツ
- 21 金 たっぷりほうれん草と豚肉のピリ辛煮 **1日に必要な野菜の1/3の量が入ってます!**
- 22 土
- 23 日
- 24 月
- 25 火 かおりご飯 豚肉と大根の旨煮
- 26 水 梅ひじきご飯 メンチカツデミグラスソース
- 27 木 筍ご飯 揚げ豆腐菜の花あんかけ **春を先取り!**
- 28 金 チキンステーキ 高野豆腐山菜煮

●涼しい場所で保管し昼食は14時まで、夕食は20時までにお召し上がりください。

- 献立内容の変更はSNSにて配信いたします。
- メニューの写真はイメージです。
- ご飯の記載がない日は白ごはんです。



**夕食 470円 (税込)** 435円 (税抜)

【平均栄養量】熱量745kcal(内主食366kcal)、たんぱく質20.8g 担当栄養士: 八幾井

- 1 土 ハンバーグトマトソース
- 2 日 肉じゃがフライ
- 3 月 アジフライ
- 4 火 ロースカツ
- 5 水 鯖塩焼き&蓮根天ぷら
- 6 木 酢豚
- 7 金 ざんき
- 8 土 白身フライ&帆立風味カツ
- 9 日 牛肉コロッケ
- 10 月 チーズインメンチカツ
- 11 火 天ぷら盛り合わせ
- 12 水 フライドチキン
- 13 木 アジ竜田トマトソース
- 14 金 メンチカツ
- 15 土 回鍋肉
- 16 日 ささみカツ&鯖塩焼き
- 17 月 赤魚竜田揚げ
- 18 火 豚肉生姜焼き
- 19 水 鶏肉チリソース
- 20 木 牛肉コロッケ
- 21 金 白身魚フライ
- 22 土 鯖塩焼き&メンチカツ
- 23 日 チキンカツオーロラソース
- 24 月 さんま竜田揚げ
- 25 火 ささみ二色揚げ
- 26 水 ハムカツ
- 27 木 照焼ハンバーグ
- 28 金 ヒレカツ&ささみカツ

株式会社 **ハピックいづつ** はい、「ハピックいづつ」です!!  
 新居浜 tel.0897-34-3434 新居浜市政枝町 3-2-11 fax.0897-33-2161  
 ●西 条 tel.0897-56-0888 西条市下島山甲1484-4 fax.0897-56-9501  
 注文 ☎0897-34-3434



**ジャスト弁当 600円 (税込)** 556円 (税抜) **要予約** 前日昼までのご予約受付 昼食のみのご提供です。

電子レンジ対応容器

ジャストA **ざんき弁当** 人気No.1

ジャストB **ハンバーグカレー**

ジャストC **醤油ラーメン** レンジでチンする

大根たっぷり免疫カアップ!!  
管理栄養士おすすめヘルシーメニュー

**みぞれ鍋セット** **3,500円 (税込)**  
※材料のみのお届けとなります。

たんぱく質 カルシウム ビタミンC ビタミンB1 食物繊維 カリウム

ハピックいづつ 祝1周年 記念メニュー 粗品進呈

免疫カアップで寒い季節の健康をサポート!!  
勤務先へお届けするのでご自宅不在の心配無し!!  
大根をおろす作業がないから準備かんたん!!  
特製だし・肉・野菜もセットに入って調理もらくらく!!

3日前までにご予約ください。

