

県民レストラン けんちょう Food Marché

営業時間 11:00~14:00
ラストオーダー 13:30

健康定食 A



鯖の照り焼き
選べる小鉢1品付

エネルギー 646kcal 炭水化物 82.8g
たんぱく質 26.2g 塩分相当 2.0g

600円

健康定食 B



鶏肉のパンパンジーソース
選べる小鉢1品付

エネルギー 732kcal 炭水化物 82.2g
たんぱく質 30.5g 塩分相当 3.3g

600円

地産地消定食



むなかた鶏の醤油香り揚げ
選べる小鉢1品付

エネルギー 752kcal 炭水化物 53.1g
たんぱく質 25.8g 塩分相当 3.9g

800円

定食 C



炭火焼鶏つくね丼
選べる小鉢1品付

エネルギー 812kcal 炭水化物 98.5g
たんぱく質 33.3g 塩分相当 3.0g

800円

カレー or 丼



ジャワカレー

エネルギー 712kcal 炭水化物103.6g
たんぱく質 16.5g 塩分相当 1.9g

600円

麺類



四川風ごま味ラーメン
福岡県産ラー麦使用

エネルギー 574kcal 炭水化物 83.6g
たんぱく質 20.2g 塩分相当 8.6g

650円

カレー or 丼



けんちょうカレー

エネルギー 545kcal 炭水化物 88.4g
たんぱく質 15.4g 塩分相当 2.0g

550円

麺類



肉ごぼう天うどん
福岡県産小麦使用

エネルギー 583kcal 炭水化物 81.3g
たんぱく質 14.1g 塩分相当 6.1g

710円

6月17日 (火)

県民レストラン けんちょう Food Marché

営業時間 11:00~14:00
ラストオーダー 13:30

健康定食 A



ロールキャベツグラタン
選べる小鉢1品付

エネルギー 549kcal 炭水化物 68.7g
たんぱく質 19.7g 塩分相当 4.8g **600円**

福岡女子大メニュー



鶏とキャベツのペペロン炒め
選べる小鉢1品付

エネルギー 598kcal 炭水化物 78.8g
たんぱく質 22.4g 塩分相当 2.5g **600円**

地産地消定食



はかた地どりの醤油糍焼き
選べる小鉢1品付

エネルギー 873kcal 炭水化物 91.9g
たんぱく質 37.6g 塩分相当 3.0g **800円**

定食 C



茄子のミートスパゲティ
サラダ・スープ付き

エネルギー 723kcal 炭水化物 85.7g
たんぱく質 19.7g 塩分相当 4.0g **800円**

カレー or 丼



ささみチーズカツカレー

エネルギー 906kcal 炭水化物 131.2g
たんぱく質 27.3g 塩分相当 3.5g **700円**

麺類



山菜おろしうどん・そば

エネルギー 354kcal 炭水化物 76.0g
たんぱく質 9.9g 塩分相当 5.4g **650円**

カレー or 丼



けんちょうカレー

エネルギー 545kcal 炭水化物 88.4g
たんぱく質 15.4g 塩分相当 2.0g **550円**

麺類



肉ごぼううどん
福岡県産小麦使用

エネルギー 583kcal 炭水化物 81.3g
たんぱく質 14.1g 塩分相当 6.1g **710円**

県民レストラン けんちょう Food Marché

営業時間 11:00~14:00
ラストオーダー 13:30

健康定食 A



チンジャオロース
選べる小鉢1品付

エネルギー 898 kcal 炭水化物 91.5g
たんぱく質 24.7g 塩分相当 4.7g **600円**

健康定食 B



鶏の唐揚げ(おろしぼん酢)
選べる小鉢1品付

エネルギー 792 kcal 炭水化物 54.5g
たんぱく質 26.1g 塩分相当 2.9g **600円**

地産地消定食



むなかた鶏のチキン南蛮
選べる小鉢1品付

エネルギー 1,104 kcal 炭水化物 105.5g
たんぱく質 39.3g 塩分相当 4.8g **800円**

定食 C



かつ丼
選べる小鉢1品付き

エネルギー 851 kcal 炭水化物 113.7g
たんぱく質 31.2g 塩分相当 5.7g **800円**

カレー or 丼



トマトカレー

エネルギー 617 kcal 炭水化物 88.3g
たんぱく質 12.9g 塩分相当 2.6g **600円**

麺類



ワンタンメン

エネルギー 548 kcal 炭水化物 85.4g
たんぱく質 20.0g 塩分相当 8.2g **650円**

カレー or 丼



けんちょうカレー

エネルギー 545 kcal 炭水化物 88.4g
たんぱく質 15.4g 塩分相当 2.0g **550円**

麺類



肉ごぼう天うどん
福岡県産小麦使用

エネルギー 583 kcal 炭水化物 81.3g
たんぱく質 14.1g 塩分相当 6.1g **710円**

6月19日(木)

県民レストラン けんちょう Food Marché

営業時間 11:00~14:00
ラストオーダー 13:30

健康定食 A



鮭のレモンペッパー焼き
選べる小鉢1品付

エネルギー 636kcal 炭水化物 73.0g
たんぱく質 27.1g 塩分相当 3.0g **600円**

健康定食 B



豚肉の野菜炒め
選べる小鉢1品付

エネルギー 671kcal 炭水化物 64.4g
たんぱく質 16.8g 塩分相当 3.0g **600円**

地産地消 定食



はかた地どりの焼鳥親子丼
選べる小鉢1品付

エネルギー 716kcal 炭水化物 109.5g
たんぱく質 32.2g 塩分相当 3.9g **800円**

定食 C



煮込みハンバーグ
選べる小鉢1品付

エネルギー 920kcal 炭水化物 105.3g
たんぱく質 34.2g 塩分相当 5.4g **800円**

カレー or 丼



ソーセージカレー

エネルギー 644kcal 炭水化物 100.7g
たんぱく質 15.2g 塩分相当 3.6g **600円**

麺類



鶏の七味焼きうどん・そば

エネルギー 672kcal 炭水化物 90.9g
たんぱく質 30.9g 塩分相当 8.6g **650円**

カレー or 丼



けんちょうカレー

エネルギー 545kcal 炭水化物 88.4g
たんぱく質 15.4g 塩分相当 2.0g **550円**

麺類



肉ごぼう天うどん
福岡県産小麦使用

エネルギー 583kcal 炭水化物 81.3g
たんぱく質 14.1g 塩分相当 6.1g **710円**

6月20日(金)

県民レストラン けんちょう Food Marché

営業時間 11:00~14:00
ラストオーダー 13:30

健康定食 A



ゆかりとろろ豚しゃぶ
選べる小鉢1品付き

エネルギー 645kcal 炭水化物 89.3g
たんぱく質 24.2g 塩分相当 2.3g **600円**

福岡女子大メニュー



鶏肉と野菜のクリーム煮
選べる小鉢1品付

エネルギー 609kcal 炭水化物 30.6g
たんぱく質 96.9g 塩分相当 3.0g **600円**

地産地消定食



むなかた鶏の
トマトチーズグラタン

エネルギー 641kcal 炭水化物 88.2g
たんぱく質 25.8g 塩分相当 3.0g **800円**

定食 C



カジキマグロフライ
~タルタルソース~

エネルギー 836kcal 炭水化物135.1g
たんぱく質 32.8g 塩分相当 3.0g **800円**

カレー or 丼



レッドカレー

エネルギー 607kcal 炭水化物 95.2g
たんぱく質 20.8g 塩分相当 2.4g **600円**

麺類



冷やし担々麺

エネルギー 707kcal 炭水化物 81.1g
たんぱく質 25.8g 塩分相当 6.2g **650円**

カレー or 丼



けんちょうカレー

エネルギー 545kcal 炭水化物 88.4g
たんぱく質 15.4g 塩分相当 2.0g **550円**

麺類



肉ごぼう天うどん
福岡県産小麦使用

エネルギー 583kcal 炭水化物 81.3g
たんぱく質 14.1g 塩分相当 6.1g **710円**