

5月11日(月)

# 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 2.9g **700円**

## 健康定食 B



豚肉の生姜焼き  
選べる小鉢1品付

エネルギー 756kcal 炭水化物 88.3g  
たんぱく質 22.7g 塩分相当 3.4g **700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 **900円**

## 定食 C



うな井  
選べる小鉢1品付

エネルギー 654kcal 炭水化物 81.2g  
たんぱく質 29.7g 塩分相当 2.7g **900円**

## カレー or 丼



エビフライカレー

エネルギー 665kcal 炭水化物 111.5g  
たんぱく質 15.1g 塩分相当 3.2g **700円**

## 麺類



野菜味噌ラーメン

エネルギー 698kcal 炭水化物 93.1g  
たんぱく質 23.2g 塩分相当 8.4g **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 **650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 **750円**

5月12日(火)

営業時間 11:00~14:00  
ラストオーダー 13:30

# 県民レストラン けんちょう Food Marché

## 健康定食 A



鯖の揚げ浸し  
選べる小鉢1品付き

エネルギー 654kcal 炭水化物 79.2g  
たんぱく質 37.3g 塩分相当 2.9g **700円**

## 福岡女子大メニュー



レモンチキンステーキ  
選べる小鉢1品付

エネルギー 742kcal 炭水化物 79.1g  
たんぱく質 33.4g 塩分相当 3.9g **700円**

## 地産地消定食



はかた地どりの油淋鶏  
選べる小鉢1品付

エネルギー 982kcal 炭水化物 72.8g  
たんぱく質 40.1g 塩分相当 4.1g **900円**

## 定食 C



華味鳥のチキンカツカレー  
(雑穀米)

エネルギー 943kcal 炭水化物 101.0g  
たんぱく質 31.3g 塩分相当 3.2g **900円**

## カレー or 丼



ビーフジャワカレー

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 **700円**

## 麺類



釜玉風うどん・そば

エネルギー 386kcal 炭水化物 67.5g  
たんぱく質 14.0g 塩分相当 2.2g **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 **650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 **750円**

5月13日(水)

営業時間 11:00~14:00  
ラストオーダー 13:30

# 県民レストラン けんちょう Food Marché

## 健康定食 A



鯖の塩麹焼き  
選べる小鉢1品付

エネルギー 634 kcal 炭水化物 81.1g  
たんぱく質 27.1g 塩分相当 2.8g **700円**

## 健康定食 B



巻かないキンパ井  
選べる小鉢1品付

エネルギー 529 kcal 炭水化物 95.5g  
たんぱく質 20.2g 塩分相当 3.4g **700円**

## 地産地消定食



糸島豚ヒレ胡麻チーズピカタ  
選べる小鉢1品付

エネルギー 605 kcal 炭水化物 88.5g  
たんぱく質 30.4g 塩分相当 2.9g **900円**

## 定食 C



ソースカツ丼  
選べる小鉢1品付

エネルギー 692 kcal 炭水化物 91.8g  
たんぱく質 24.6g 塩分相当 3.5g **900円**

## カレー or 丼



ソーセージカレー

エネルギー 644 kcal 炭水化物 100.7g  
たんぱく質 15.2g 塩分相当 3.6g **700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 **650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 **750円**

# 県民レストラン けんちょう Food Marché

5月14日(木)

営業時間 11:00~14:00  
ラストオーダー 13:30

福岡県庁 県民レストラン  
けんちょう Food Marché

ONE COIN 500

## ワンコインランチデー

福岡県庁地下食堂けんちょうFood Marchéにて、「イベントデー」を実施し、県民の皆様ランチをお楽しみ頂く企画です。

開催日: 5月14日(木) 11:00~13:30

みんな大好き **鶏からあげ定食**  
ごはん、みそ汁付 (※小鉢はつきません)



※写真はイメージです。

500円(税込)



福岡市博多区東公園7-7 県庁本庁舎(地下1F)  
(営業時間) 11:00~14:00 (ラストオーダー 13:30)  
TEL.092-643-2550



### 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

700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

650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

750円

5月15日(金)

営業時間 11:00~14:00  
ラストオーダー 13:30

# 県民レストラン けんちょう Food Marché

## 健康定食 A



チキンのバジル風味焼き  
選べる小鉢1品付き

エネルギー 683kcal 炭水化物 66.8g  
たんぱく質 37.1g 塩分相当 2.8g

700円

## 健康定食 B



かた焼きそば  
選べる小鉢1品付

エネルギー 609kcal 炭水化物 69.0g  
たんぱく質 21.5g 塩分相当 5.8g

700円

## 地産地消定食



むなかた鶏のチキンカツ  
選べる小鉢1品付

エネルギー 649kcal 炭水化物 67.1g  
たんぱく質 23.3g 塩分相当 2.0g

900円

## 定食 C



オムライス  
選べる小鉢1品付

エネルギー 841kcal 炭水化物 97.1g  
たんぱく質 27.6g 塩分相当 3.4g

800円

## カレー or 丼



ハムカツカレー

エネルギー 789kcal 炭水化物 118.4g  
たんぱく質 16.5g 塩分相当 4.0g

700円

## 麺類



黒醤油ラーメン

エネルギー 512kcal 炭水化物 86.2g  
たんぱく質 17.6g 塩分相当 8.1g

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

650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

750円