

8月12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



ハンバーグ (デミソース)
選べる小鉢1品付

エネルギー 677kcal 炭水化物 101.8g
たんぱく質 22.7g 塩分相当 3.4g

600円

福岡女子大メニュー



がめ煮
選べる小鉢1品付き

エネルギー 617kcal 炭水化物 98.6g
たんぱく質 19.6g 塩分相当 3.6g

600円

地産地消 定食



むなかた鶏のジャポネソース
選べる小鉢1品付

エネルギー 757kcal 炭水化物 85.3g
たんぱく質 38.0g 塩分相当 3.3g

800円

定食 C



ヒレカツ和風おろしぽん酢
選べる小鉢1品付

エネルギー 899kcal 炭水化物 111.8g
たんぱく質 30.4g 塩分相当 2.7g

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



味噌ラーメン

エネルギー 630kcal 炭水化物 87.7g
たんぱく質 26.1g 塩分相当 9.6g

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・そば
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

8月13日(水)

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

健康定食 B



チキンのレモン風味焼き
選べる小鉢1品付

エネルギー 713kcal 炭水化物 77.4g
たんぱく質 33.0g 塩分相当 3.5g

600円

地産地消 定食



はかた地どりわさびマヨ焼き
選べる小鉢1品付き

エネルギー 821kcal 炭水化物 90.0g
たんぱく質 33.6g 塩分相当 5.3g

800円

定食 C



ソースエビカツ丼
選べる小鉢1品付き

エネルギー 724kcal 炭水化物 118.4g
たんぱく質 21.4g 塩分相当 4.0g

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



月見とろろぶっかけ
うどん・そば

エネルギー 401kcal 炭水化物 77.2g
たんぱく質 14.2g 塩分相当 2.5g

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・そば
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

8月14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



豚肉のチンジャオロース
選べる小鉢1品付

エネルギー 898kcal 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 792kcal 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



はかた地どりマスタード焼
選べる小鉢1品付き

エネルギー 973kcal 炭水化物 90.3g
たんぱく質 39.7g 塩分相当 3.6g

800円

定食 C



えびピラフと
かにクリームコロッケ

エネルギー 761kcal 炭水化物 104.5g
たんぱく質 15.9g 塩分相当 2.6g

800円

カレー or 丼



ビーフカレー&ポークカレー

エネルギー 671kcal 炭水化物 101.0g
たんぱく質 18.2g 塩分相当 3.0g

600円

麺類



台湾ラーメン
福岡県産ラー麦使用

エネルギー 618kcal 炭水化物 79.7g
たんぱく質 29.2g 塩分相当 9.6g

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・そば
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

8月15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



鯖の柚庵焼き
選べる小鉢1品付

エネルギー 539kcal 炭水化物 75.4g
たんばく質 27.1g 塩分相当 2.8g

600円

福岡女子大メニュー



タコライス
選べる小鉢1品付

エネルギー 581kcal 炭水化物 84.4g
たんばく質 17.8g 塩分相当 3.2g

600円

地産地消 定食



むなかた鶏の唐揚げ
スイートチリソース

エネルギー 849kcal 炭水化物 103.9g
たんばく質 35.4g 塩分相当 3.6g

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
たんばく質 19.7g 塩分相当 4.0g

800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
たんばく質 15.1g 塩分相当 3.2g

600円

麺類



おくら梅おろしぶっかけ
うどん・そば

エネルギー 414kcal 炭水化物 88.3g
たんばく質 12.3g 塩分相当 4.0g

600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
たんばく質 15.4g 塩分相当 2.0g

550円

麺類



肉ごぼう天うどん・そば
福岡県産小麦使用

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

710円