

4月6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



サゴシのポテトマヨネーズ焼き
選べる小鉢1品付

エネルギー 557kcal 炭水化物 49.7g
たんぱく質 25.5g 塩分相当 2.8g

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



はかた地どりのクリームドリア
選べる小鉢1品付

エネルギー 864kcal 炭水化物 96.8g
たんぱく質 24.0g 塩分相当 3.4g

900円

定食 C



ヒレカツ和風おろしぼん酢
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

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



(温) なめこ梅おろし
うどん・そば

エネルギー 360kcal 炭水化物 77.1g
たんぱく質 9.9g 塩分相当 6.4g

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

4月7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



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

福岡女子大メニュー



ルーロー風チキン
選べる小鉢1品付

エネルギー 698kcal 炭水化物 68.6g
たんぱく質 38.0g 塩分相当 4.2g

700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 1,104kcal 炭水化物 105.5g
たんぱく質 39.3g 塩分相当 4.8g

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



グリーンカレー

エネルギー 762kcal 炭水化物 92.2g
たんぱく質 27.5g 塩分相当 2.2g

700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 573kcal 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

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

4月8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



鰯の照り焼き
選べる小鉢1品付

エネルギー 555kcal 炭水化物 72.2g
たんぱく質 26.2g 塩分相当 2.7g **700円**

健康定食 B



麻婆豆腐
選べる小鉢1品付

エネルギー 625kcal 炭水化物 59.8g
たんぱく質 5.7g 塩分相当 3.5g **700円**

地産地消定食



はかた地どりのわさびマヨ焼き
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 **900円**

定食 C



ミックスグリル
選べる小鉢1品付

エネルギー 1,333kcal 炭水化物 90.2g
たんぱく質 31.3g 塩分相当 3.9g **900円**

カレー or 丼



えびカツカレー

エネルギー 684kcal 炭水化物 113.1g
たんぱく質 15.7g 塩分相当 3.1g **700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 **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**

4月9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



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



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 **700円**

地産地消定食



むなかた鶏の照り焼きサラダ
選べる小鉢1品付

エネルギー 922kcal 炭水化物 82.7g
たんぱく質 16.8g 塩分相当 4.0g **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



カシミールビーフカレー
辛さ【当店で一番辛い】

エネルギー 849kcal 炭水化物 96.2g
たんぱく質 21.9g 塩分相当 3.0g **700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 **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**

4月10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



豆腐ハンバーグおろしソース
選べる小鉢1品付き

エネルギー 639kcal 炭水化物 108.1g
たんぱく質 22.6g 塩分相当 2.7g

700円

健康定食 B



鶏肉のバンバンジーソース
選べる小鉢1品付き

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

700円

地産地消定食



はかた地どりの醤油糀焼き
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

900円

定食 C



ソースカツ丼
選べる小鉢1品付

エネルギー 692kcal 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 644kcal 炭水化物 100.7g
たんぱく質 15.2g 塩分相当 3.6g

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

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