

5月18日(月)

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



鯿の照り焼き
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



豚肉と白菜のキムチ炒め
選べる小鉢1品付

エネルギー 760kcal 炭水化物 83.7g
たんぱく質 20.5g 塩分相当 3.6g **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



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 **900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 **700円**

麺類



辛子高菜ラーメン

エネルギー 559kcal 炭水化物 76.8g
たんぱく質 21.0g 塩分相当 9.1g **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**

5月19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



鱈のカレーあんかけ
選べる小鉢1品付き

エネルギー 716kcal 炭水化物 181.1g
たんぱく質 32.6g 塩分相当 2.5g **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
たんぱく質 35.4g 塩分相当 3.6g **900円**

定食 C



鮭とマグロたたき丼
選べる小鉢1品付

エネルギー 605kcal 炭水化物 105.5g
たんぱく質 29.8g 塩分相当 4.3g **900円**

カレー or 丼



カツカレー

エネルギー 901kcal 炭水化物 100.5g
たんぱく質 26.1g 塩分相当 3.0g **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**

5月20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



白身魚のカレームニエル
選べる小鉢1品付

エネルギー 724 kcal 炭水化物 90.0g
たんぱく質 28.9g 塩分相当 2.9g **700円**

健康定食 B



厚揚げ回鍋肉風炒め
選べる小鉢1品付

エネルギー 767 kcal 炭水化物 80.7g
たんぱく質 22.8g 塩分相当 4.0g **700円**

地産地消定食



はかた地どりの醤油糎焼き
選べる小鉢1品付

エネルギー 873 kcal 炭水化物 91.9g
たんぱく質 37.6g 塩分相当 3.0g **900円**

定食 C



ローストビーフ丼
選べる小鉢1品付

エネルギー 653 kcal 炭水化物 105.5g
たんぱく質 38.6g 塩分相当 5.1g **900円**

カレー or 丼



マドラスシーフードカレー

エネルギー 571 kcal 炭水化物 96.1g
たんぱく質 13.9g 塩分相当 2.4g **700円**

麺類



味噌ラーメン

エネルギー 630 kcal 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 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**

5月21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



チキンチリソース煮
選べる小鉢1品付き

エネルギー 709kcal 炭水化物 85.6g
たんぱく質 24.8g 塩分相当 2.9g **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



むなかた鶏の
トマトチーズグラタン

エネルギー 802kcal 炭水化物 72.5g
たんぱく質 41.7g 塩分相当 3.8g **900円**

定食 C



牛玉丼
選べる小鉢1品付

エネルギー 802kcal 炭水化物 111.0g
たんぱく質 32.4g 塩分相当 3.1g **900円**

カレー or 丼



ヒレカツカレー

エネルギー 901kcal 炭水化物 100.5g
たんぱく質 26.1g 塩分相当 3.0g **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**

5月22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
(てりやきソース)

エネルギー 639kcal 炭水化物 108.1g
たんぱく質 22.6g 塩分相当 2.4g

700円

健康定食 B



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
たんぱく質 17.8g 塩分相当 3.2g

700円

地産地消 定食



はかた地どりの粒マスタード焼
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

900円

定食 C



十勝産男爵コロッケ
& いわしフライ

エネルギー 912kcal 炭水化物 115.3g
たんぱく質 21.0g 塩分相当 3.1g

900円

カレー or 丼



トマトカレー

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

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