

8月10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



鰯のカレーあんかけ  
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

## 健康定食 B



柚子胡椒焼肉  
選べる小鉢1品付

エネルギー 818kcal 炭水化物 89.7g  
たんぱく質 23.7g 塩分相当 3.8g

700円

## 地産地消 定食



はかた地どりコーンチーズ焼き  
選べる小鉢1品付

エネルギー 902kcal 炭水化物 100.4g  
たんぱく質 38.1g 塩分相当 3.8g

900円

## 定食 C



まぐろとろろ井温玉のせ  
選べる小鉢1品付き

エネルギー 598kcal 炭水化物 94.1g  
たんぱく質 27.9g 塩分相当 2.5g

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



タンメン

エネルギー 673kcal 炭水化物 85.7g  
たんぱく質 21.5g 塩分相当 8.9g

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

8月12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 645 kcal 炭水化物 89.3g  
たんぱく質 24.2g 塩分相当 2.3g

700円

## 健康定食 B



ロールキャベツ  
選べる小鉢1品付

エネルギー 549 kcal 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



糸島豚ヒレカツ  
選べる小鉢1品付

エネルギー 803 kcal 炭水化物 100.1g  
たんぱく質 37.3g 塩分相当 5.1g

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 912 kcal 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 617 kcal 炭水化物 88.3g  
たんぱく質 12.9g 塩分相当 2.6g

700円

## 麺類



なめこ梅おろしうどん・そば

エネルギー 332 kcal 炭水化物 72.1g  
たんぱく質 8.9g 塩分相当 4.6g

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

8月13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



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



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 732 kcal 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



はかた地どりの油淋鶏  
選べる小鉢1品付

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



冷やし担々麺

エネルギー 707 kcal 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 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**

8月14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



野菜とチキンのスープカレー  
選べる小鉢1品付

エネルギー 636kcal 炭水化物 85.5g  
たんぱく質 42.6g 塩分相当 2.9g

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



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



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



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



鶏天うどん・そば

エネルギー 603kcal 炭水化物 90.7g  
たんぱく質 27.9g 塩分相当 6.8g

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