11月2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



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	700円
たんぱく質	28.9g	塩分相当	2.9g	

健康定食 B



おろし焼肉
選べる小鉢1品付

エネルギー	833 kcal	炭水化物	93.6g	700円
たんぱく質	24.1g	塩分相当	4.2g	

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	973 kcal	炭水化物	90.3g	900円
たんぱく質	39.7g	塩分相当	3.6g	

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	724 kcal	炭水化物	118.4g	900円
たんぱく質	21.4g	塩分相当	4.0g	

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	700円
たんぱく質	15.2g	塩分相当	3.6g	

麺類



釜玉風うどん・そば

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

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	650円
たんぱく質	15.4g	塩分相当	2.0g	

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	750円
たんぱく質	14.1g	塩分相当	6.1g	

11月4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



鯖の香り漬け焼き
選べる小鉢1品付

エネルギー 635kcal　炭水化物 73.0g
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 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



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



煮込みハンバーグ
選べる小鉢1品付

エネルギー 920kcal　炭水化物 105.3g
たんぱく質 34.2g　塩分相当 5.4g

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



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

11月5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



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	636 kcal	炭水化物	85.5g	700円
たんぱく質	42.6g	塩分相当	2.9g	

健康定食 B



鮭南蛮（タルタルソース）
選べる小鉢1品付

エネルギー	697 kcal	炭水化物	93.0g	700円
たんぱく質	31.4g	塩分相当	4.5g	

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	900円
たんぱく質	37.3g	塩分相当	5.1g	

定食 C



鯖とマグロたたき丼
選べる小鉢1品付

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

カレー or 丼



グリーンカレー

エネルギー	762 kcal	炭水化物	92.2g	700円
たんぱく質	27.5g	塩分相当	2.2g	

麺類



鶏の七味焼きうどん・そば

エネルギー	672 kcal	炭水化物	90.9g	650円
たんぱく質	30.9g	塩分相当	8.6g	

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	650円
たんぱく質	15.4g	塩分相当	2.0g	

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	750円
たんぱく質	14.1g	塩分相当	6.1g	

11月6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



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	683 kcal	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



豚肉と白菜のキムチ炒め
選べる小鉢1品付

エネルギー	760 kcal	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



はかた地どりの山賊揚げ
選べる小鉢1品付

エネルギー	801 kcal	炭水化物	82.3g
たんぱく質	33.5g	塩分相当	3.8g

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	1,333 kcal	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



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	849 kcal	炭水化物	96.2g
たんぱく質	21.9g	塩分相当	3.0g

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