

9月1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



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



なすのミートソースドリア
選べる小鉢1品付

エネルギー 634kcal 炭水化物 84.7g
たんぱく質 17.3g 塩分相当 4.1g

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



味噌カツ温玉丼
選べる小鉢1品付き

エネルギー 207kcal 炭水化物188.7g
たんぱく質 38.0g 塩分相当 5.4g

900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

700円

麺類



ワンタンメン

エネルギー 548kcal 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 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

9月2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



白身魚の豆板醤ソース
選べる小鉢1品付き

エネルギー 624 kcal 炭水化物 84.3g
たんぱく質 28.0g 塩分相当 3.9g

700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 617 kcal 炭水化物 98.6g
たんぱく質 19.6g 塩分相当 3.6g

700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 973 kcal 炭水化物 90.3g
たんぱく質 39.7g 塩分相当 3.6g

900円

定食 C



まぐろとろろ丼
選べる小鉢1品付き

エネルギー 598 kcal 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



エビかつカレー

エネルギー 684 kcal 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 401 kcal 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 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

9月3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



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 **700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 **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 641kcal 炭水化物 88.2g
たんぱく質 25.8g 塩分相当 3.0g **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



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



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**

9月4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



麻婆豆腐
選べる小鉢1品付

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

700円

健康定食 B



鶏むね肉のカレーマヨ焼き
選べる小鉢1品付

エネルギー 652 kcal 炭水化物 89.2g
たんぱく質 26.6g 塩分相当 2.5g

700円

地産地消定食



はかた地どりの醤油糍焼き
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



ローストビーフサラダ仕立て
選べる小鉢1品付

エネルギー 501 kcal 炭水化物 86.6g
たんぱく質 29.3g 塩分相当 4.3g

900円

カレー or 丼



ささみチーズカツカレー

エネルギー 906 kcal 炭水化物 131.2g
たんぱく質 27.3g 塩分相当 3.5g

700円

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
たんぱく質 30.9g 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 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

9月5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



鱈の香味ソース
選べる小鉢1品付き

エネルギー 745kcal 炭水化物 94.1g
たんぱく質 29.3g 塩分相当 3.1g

700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
たんぱく質 17.8g 塩分相当 3.2g

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



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



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



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

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