

○アレルギー表示について
アレルギーは、表示義務食品・推奨食品にあわせて28品目を表示しています。

表示義務8品目	推奨20品目
卵・乳・小麦・えび・かに 落花生(ピーナッツ)・そば・くるみ	アーモンド・あわび・いか・いくら・さけ・さば・牛肉・鶏肉・豚肉・ゼラチン・大豆・ごま カシューナッツ・オレンジ・キウイフルーツ・バナナ・もも・りんご・マカダミアナッツ・やまいも

●しょうゆは(小麦・大豆)、酢・特濃酢は(小麦)、油は(大豆)の成分を含んでいます。表示はしていません。
●海藻類(あおさ・アーサ、もずく、ひじき)、しらす、チリメン、カエリ(小魚)、あさりなどは、えび・かにの混入の可能性があります。
●揚げ油は数回使用します。アレルギーで気になる方は、給食センターまでご連絡下さい。

※ 宜野湾市立学校給食センターのアレルギー除去対応食材は★マークで表示しており、給食センターでの対応は次の通りです。

(○) …対応可能 (×) …対応不可

※ 除去食対応は、学校および給食センターと処遇会議を経て対応が決まった児童・生徒へ行くものです。

●食材、その他の都合により献立を変更することがあります。
●学校給食費は、期限内に収めましょう。
●給食予定(アレルギー詳細)献立表、給食だより等は、毎月宜野湾市学校給食センターのホームページに記載しています。

日	献立名	赤の食品 体の組織つくる たんぱく質・無機質	黄の食品 エネルギーとなる 炭水化物・脂質	緑の食品 体の調子を整える ビタミン類	その他調味料など	欠食
1日 (金) (5/5)	牛乳 たけのこごはん	牛乳 とりにく、あぶらあげ(大豆)、ちくわ	こめ、麦、カルシウム米、大豆油	たけのこ、にんじん、しいたけ、ねぎ	みりん、しょうゆ、シママース、酒、花かつお	志真志小
こ こ も の 日	こまつなのアーモンドあえ	ツナフレーク(大豆)	アーモンド、三温糖、ごま油(ごま・大豆)	こまつな、もやし、きゅうり	しょうゆ	
	ごもくたまごやき(卵 ×)	★ごもくあつやきたまご(卵・大豆・小麦)	柏(かしわ)の葉の風味を楽しんでね♪			
	かしわもち 	かしわもち(大豆)				
7日 (木)	牛乳 小：きなこあげパン(乳 ×) 中：コッペパン(乳 ×) ポトフ キャロットラペ 中：はちみつ	牛乳 きなこ(大豆)	★給食パン(小麦・乳・大豆)、大豆油、アーモンド、こくとう、三温糖 ★給食パン(小麦・乳・大豆)			
8日 (金)	牛乳 ごはん シカムドゥチ ゴーヤーチャンプルー(卵 ○)	牛乳 ぶたにく、かまぼこ(大豆)	こめ 大豆油	とうがん、こんにゃく、しいたけ、しょうが にがうり、にんじん、たまねぎ、にんにく	白ワイン、シママース、こしょう、丼がスープ(鶏肉) 酢、シママース	これからが旬!! 

日	献立名	赤の食品 体の組織つくる たんぱく質・無機質	黄の食品 エネルギーとなる 炭水化物・脂質	緑の食品 体の調子を整える ビタミン類	その他調味料など	欠食
11日 (月)	牛乳 麦ごはん	牛乳				
(5/10) 黒糖の 日	黒糖カレー	まぐろ、豚レバー、レンズ豆、白いんげん	黒糖、大豆油、じゃがいも、小麦粉	たまねぎ、にんじん、えのき、アスパラ、しょうが、にんにく	白ワイン、カレー粉、シママース、トマケチャップ、デジラソース(小麦・鶏肉)、ウスターソース(りんご)	「黒糖」でコクを出したカレーが登場
	ココロ豆サラダ	大豆、金時豆、白いんげん豆	アーモンド、卵なしマヨネーズ(大豆)	きゅうり、コーン、えだまめ(大豆)	フレンチドレッシング	
12日 (火)	牛乳 ごはん	牛乳				
アセロラの 日	とんじる	ぶたにく、とうふ(大豆)、みそ(大豆)			花かつお	沖縄はアセロラ生産量日本一!!
	ひじきのいろどり炒め	とりにく、かまぼこ(大豆)、ひじき、大豆	大豆油	にんじん、こんにゃく、赤パプリカ、黄パプリカ、えだまめ(大豆)	しょうゆ、みりん、シママース、花かつお	
	アセロラゼリー		アセロラゼリー(りんご)			
13日 (水)	牛乳 ごはん	牛乳				
	若竹汁	わかめ			花かつお、しょうゆ、酒、みりん、シママース	
	だいこんのそぼろに	あつあげ(大豆)、ぶたにく	三温糖、かたくりこ、大豆油	だいこん、にんじん、たまねぎ、えだまめ(大豆)、しょうが	酒、みりん、しょうゆ、シママース、花かつお	
	かぼちゃコロッケ		かぼちゃコロッケ(小麦・大豆)、大豆油			
14日 (木)	牛乳 ちゅうかめん	牛乳				
	ワンタンラーメン	ワンタン(小麦・ごま・大豆・豚肉)、なると、わかめ	三温糖、ごま油(ごま・大豆)	もやし、長ねぎ、しいたけ、コーン、しょうが、にんにく	花かつお、鶏ガラ(鶏肉)、丼カスブ(鶏肉)、しょうゆ、酒、シママース	
	チョレギサラダ	ツナフレーク(大豆)、のり	三温糖、ごま油(ごま・大豆)、ごま	キャベツ、にんじん、きゅうり、シークワーサー果汁、にんにく	酢、しょうゆ、シママース	
	はるまき		はるまき(小麦・大豆・豚肉)、大豆油			
15日 (金)	牛乳 くろまいごはん	牛乳				
沖縄本土 復帰記念 日	イナムドゥチ	ぶたにく、卵なしカステラ、かまぼこ(大豆)、みそ(大豆)	ごま	しいたけ、こんにゃく	酒、花かつお、豚がら(豚肉)、ホーカスブ(豚肉・鶏肉)	
	クープイリチー	ぶたにく、かまぼこ(大豆)、こんにゃく	三温糖、大豆油	きりぼしだいこん、こんにゃく	みりん、しょうゆ、シママース、花かつお、ホーカスブ(豚肉・鶏肉)	
	りんご			りんご		
18日 (月)	牛乳 パエリア	牛乳				
	れんコーンサラダ	あさり、とりにく、大豆	ごめ、麦、カルシウム米、大豆油、オリーブ油	たまねぎ、しめじ、黄ピーマン、ピーマン、赤ピーマン、にんにく、しょうが	丼カスブ(鶏肉)、白ワイン、しょうゆ、シママース、こしょう、パプリカパウダー、ターメリック	宜野湾中
	くるまふナゲット	くるまふと鶏肉ナゲット(小麦・鶏肉・大豆)	アーモンド、卵なしマヨネーズ(大豆)、ドレッシング	れんこん、だいこん、きゅうり、にんじん、コーン	シママース	

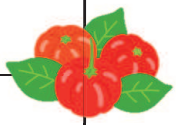
黒糖カレーにまぐろが入っているよ!



「黒糖」でコクを出したカレーが登場



沖縄はアセロラ生産量日本一!!



給食のラーメンは、だしをきかせて、少ない塩分で仕上げているよ! 野菜もたっぷりなので、野菜のうまみでよりおいしく(*^-へ^*)!!!



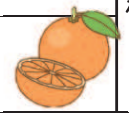
戦後、27年間のアメリカによる支配をおえて、54年前に日本に復帰した日!!! 琉球料理のお祝いメニューでお祝いしましょう(^^)/

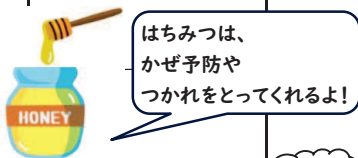



日	献立名	赤の食品 体の組織つくる たんぱく質・無機質	黄の食品 エネルギーとなる 炭水化物・脂質	緑の食品 体の調子を整える ビタミン類	その他調味料など	欠食
19日 (火)	牛乳	牛乳				食育の日
	麦ごはん		こめ、麦			
	うおそうめん汁	かまぼこ、もずく		えのき、とうがん、ねぎ、しょうが	酒、みりん、しょうゆ、シママース、花かつお	
	たにんどん (卵 ○)	ぶたにく、★卵	三温糖、かたくりこ、大豆油	たまねぎ、にんじん、しいたけ、からしな	酒、みりん、しょうゆ、シママース、花かつお	
	カエリとアーモンドのみつがらめ	カエリ、大豆	アーモンド、ごま、水あめ、三温糖		しょうゆ	今日は何種類の沖縄県産品があるかな!?
20日 (水)	牛乳	牛乳				
	ごはん		こめ			
	じゃがいものみそ汁	とうふ(大豆)、みそ(大豆)	じゃがいも	たまねぎ、えのき、こまつな	花かつお	
	ちくぜんに	とりにく	さといも、三温糖、大豆油	だいこん、にんじん、ごぼう、たけのこ、れんこん、しいたけ、こんにゃく、いんげん	みりん、しょうゆ、酒、シママース、花かつお	
	さんまのからあげ	さんま	米粉、大豆油			
21日 (木)	牛乳	牛乳				琉球料理の日
	ごはん		こめ			
	アーサ汁	アーサ、とうふ(大豆)、かまぼこ(大豆)		えのき、しょうが	みりん、しょうゆ、シママース、花かつお	
	フータシャー (卵 ○)	ふ(小麦)、★卵、ぶたにく	大豆油	キャベツ、もやし、にんじん、にら	しょうゆ、シママース、こしょう	
22日 (金)	牛乳	牛乳				
	ごはん		こめ			
	ぶたじゃがキムチーズ (乳 ○)	ぶたにく、あつあげ(大豆)、★チーズ(乳)	じゃがいも、大豆油、三温糖	はくさい、にんじん、たまねぎ、しめじ、こんにゃく、白菜キムチ(大豆)	花かつお、しょうゆ、みりん	
	ナムル	わかめ	三温糖、ごま油(ごま・大豆)、ごま	もやし、きゅうり、にんじん、黄パプリカ、にんにく	酢、しょうゆ、シママース	
	オレンジ			オレンジ		ビタミンC たっぶり♪
25日 (月)	牛乳	牛乳				長田小
	ごはん		こめ			
	のっぺい汁		さといも、かたくりこ	だいこん、ごぼう、長ねぎ、こんにゃく、しいたけ	花かつお、だしこんぶ、しょうゆ、酒、シママース	
	にんじんシリシリー (卵 ○)	ツナフレーク(大豆)、★卵	大豆油	にんじん、たまねぎ、にら	シママース、しょうゆ	
	こいわしのからあげ	こいわし	小麦粉、大豆油		シママース	



第三木曜日は
琉球料理の日!



日	献立名	赤の食品 体の組織つくる たんぱく質・無機質	黄の食品 エネルギーとなる 炭水化物・脂質	緑の食品 体の調子を整える ビタミン類	その他調味料など	欠食
26日 (火)	牛乳	牛乳				
	小：コッペパン (乳 ×)		★給食パン(小麦・乳・大豆)			
	中：きなこあげパン (乳 ×)	きなこ(大豆)	★給食パン(小麦・乳・大豆)、大豆油、アーモンド、こくとう、三温糖			
	ABCスープ	ベーコン(豚肉)、レンズ豆	マカロニ(小麦)、三温糖、オリーブ油	にんじん、だいこん、えのき、にんにく、トマト	トマトケチャップ、赤ワイン、ウスターソース(りんご)、シママース、豚から(豚肉)	
	コーンチーズポテト (乳 ○)	★チーズ(乳)	じゃがいも、オリーブ油	たまねぎ、コーン、パセリ	シママース、こしょう	
小：はちみつ		はちみつ				
						
27日 (水)	牛乳	牛乳				
	ごはん		こめ			
	さかな汁	赤魚、とうふ(大豆)、みそ(大豆)		だいこん、さんとうさい	花かつお	
	ごもくまめ	とりにく、大豆、ちくわ	三温糖、大豆油	だいこん、にんじん、こんにゃく、ごぼう、えだまめ(大豆)、しょうが	酒、みりん、しょうゆ、花かつお	
アーモンド		アーモンド、植物油脂		食塩		
						
28日 (木)	牛乳	牛乳				
	ごはん		こめ			
	わかめスープ	わかめ、なると	ごま油(ごま・大豆)	だいこん、えのき、長ねぎ、しょうが	酒、しょうゆ、シママース、花かつお、丼がスープ(鶏肉)	
にくだんごのちゅうかいため	鶏肉だんご(小麦、大豆、鶏肉)	三温糖、かたくりこ、大豆油、ごま油(ごま・大豆)	赤パプリカ、ピーマン、たまねぎ、たけのこ	トマトケチャップ、しょうゆ、酢、丼がスープ(鶏肉)		
29日 (金)	牛乳	牛乳				
	ごはん		こめ			
	クーリジシ (卵 ○)	ぶたにく、★卵、かまぼこ(大豆)		しいたけ、とうがん、こんにゃく	しょうゆ、シママース、花かつお、ホーガスープ(豚肉・鶏肉)	
タマナーチャンプルー	ぶたにく、あつあげ(大豆)、かまぼこ(大豆)、かつおぶし	大豆油	キャベツ、たまねぎ、にんじん	しょうゆ、シママース、こしょう		



かみかみメニューのマークだよ！

学校給食の栄養基準量	E=エネルギー	P=たんぱく質	F=脂質
小学校	650 kcal	21.1~32.9g	14.4~21.7g
中学校	830 kcal	27.0~41.9g	18.4~27.7g

健康維持と学力アップのカギは、早寝・早起き・朝ごはん！



朝ごはんを食べることで、エネルギーや栄養素が補給され、五感も刺激されて、体や脳が刺激されて目覚めます！

体や脳のエネルギーになる

体温が上がる

脳の働きを活発にする

排便を促す

1(金) こどもの日メニュー(5/5)

「はっば」はたべられないよ！

かしわもち

こまつなのアーモンドあえ

たけのごごはん

ごもくたまごやき

E	581	P	25.6	F	18.3
E	654	P	28.8	F	20.3

<p>4(月)</p> <p>みどりの日</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>700</td><td>P</td><td>25.5</td><td>F</td><td>21.5</td></tr> <tr><td>E</td><td>835</td><td>P</td><td>30.1</td><td>F</td><td>24.4</td></tr> </table>	E	700	P	25.5	F	21.5	E	835	P	30.1	F	24.4	<p>5(火)</p> <p>こどもの日</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>545</td><td>P</td><td>20.9</td><td>F</td><td>13.7</td></tr> <tr><td>E</td><td>638</td><td>P</td><td>23.8</td><td>F</td><td>14.8</td></tr> </table>	E	545	P	20.9	F	13.7	E	638	P	23.8	F	14.8	<p>6(水)</p> <p>憲法記念日 振替休日</p> <p>連休中も朝ごはんをしっかり食べて生活リズムをとのえよう</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>614</td><td>P</td><td>19.2</td><td>F</td><td>19.5</td></tr> <tr><td>E</td><td>730</td><td>P</td><td>21.7</td><td>F</td><td>21.9</td></tr> </table>	E	614	P	19.2	F	19.5	E	730	P	21.7	F	21.9	<p>7(木) 早寝・早起き・朝ごはん！！！！</p> <p>(中) はちみつ キャロットラペ</p> <p>(小) きなこあげパン ポトフ</p> <p>(中) コッペパン</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>610</td><td>P</td><td>27</td><td>F</td><td>22.1</td></tr> <tr><td>E</td><td>635</td><td>P</td><td>28.8</td><td>F</td><td>16.4</td></tr> </table>	E	610	P	27	F	22.1	E	635	P	28.8	F	16.4	<p>8(金) ゴーヤーの日</p> <p>ゴーヤーチャンプルー</p> <p>ごはん シカムドゥチ</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>539</td><td>P</td><td>23.8</td><td>F</td><td>17.5</td></tr> <tr><td>E</td><td>643</td><td>P</td><td>27.5</td><td>F</td><td>19.5</td></tr> </table>	E	539	P	23.8	F	17.5	E	643	P	27.5	F	19.5
E	700	P	25.5	F	21.5																																																											
E	835	P	30.1	F	24.4																																																											
E	545	P	20.9	F	13.7																																																											
E	638	P	23.8	F	14.8																																																											
E	614	P	19.2	F	19.5																																																											
E	730	P	21.7	F	21.9																																																											
E	610	P	27	F	22.1																																																											
E	635	P	28.8	F	16.4																																																											
E	539	P	23.8	F	17.5																																																											
E	643	P	27.5	F	19.5																																																											
<p>11(月) 黒糖の日(5/10)</p> <p>コロコロまめサラダ</p> <p>おぎごはん こくとうカレー</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>700</td><td>P</td><td>25.5</td><td>F</td><td>21.5</td></tr> <tr><td>E</td><td>835</td><td>P</td><td>30.1</td><td>F</td><td>24.4</td></tr> </table>	E	700	P	25.5	F	21.5	E	835	P	30.1	F	24.4	<p>12(火) アセロラの日</p> <p>アセロラゼリー</p> <p>ひじきのいろどりいため</p> <p>ごはん とんじる</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>545</td><td>P</td><td>20.9</td><td>F</td><td>13.7</td></tr> <tr><td>E</td><td>638</td><td>P</td><td>23.8</td><td>F</td><td>14.8</td></tr> </table>	E	545	P	20.9	F	13.7	E	638	P	23.8	F	14.8	<p>13(水) わかたけ汁って…？</p> <p>かぼちゃコロッケ</p> <p>だいこんのそぼろに</p> <p>ごはん わかたけじる</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>614</td><td>P</td><td>19.2</td><td>F</td><td>19.5</td></tr> <tr><td>E</td><td>730</td><td>P</td><td>21.7</td><td>F</td><td>21.9</td></tr> </table>	E	614	P	19.2	F	19.5	E	730	P	21.7	F	21.9	<p>14(木) ワンタンを漢字で表現すると…！！？</p> <p>チョレギサラダ</p> <p>はるまき</p> <p>ちゅうかめん ワンタンラーメン</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>696</td><td>P</td><td>26.2</td><td>F</td><td>27</td></tr> <tr><td>E</td><td>808</td><td>P</td><td>30</td><td>F</td><td>32.6</td></tr> </table>	E	696	P	26.2	F	27	E	808	P	30	F	32.6	<p>15(金) 沖縄本土復帰記念日</p> <p>りんご クーパイリチー</p> <p>くろまいごはん イナムドゥチ</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>560</td><td>P</td><td>24.2</td><td>F</td><td>13.3</td></tr> <tr><td>E</td><td>661</td><td>P</td><td>28.2</td><td>F</td><td>14.6</td></tr> </table>	E	560	P	24.2	F	13.3	E	661	P	28.2	F	14.6
E	700	P	25.5	F	21.5																																																											
E	835	P	30.1	F	24.4																																																											
E	545	P	20.9	F	13.7																																																											
E	638	P	23.8	F	14.8																																																											
E	614	P	19.2	F	19.5																																																											
E	730	P	21.7	F	21.9																																																											
E	696	P	26.2	F	27																																																											
E	808	P	30	F	32.6																																																											
E	560	P	24.2	F	13.3																																																											
E	661	P	28.2	F	14.6																																																											
<p>18(月) 鉄分が豊富な食べもの…(*^-*)</p> <p>れんコーンサラダ</p> <p>くるまふナゲット</p> <p>パエリア</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>563</td><td>P</td><td>24.6</td><td>F</td><td>21.6</td></tr> <tr><td>E</td><td>662</td><td>P</td><td>29.8</td><td>F</td><td>24.9</td></tr> </table>	E	563	P	24.6	F	21.6	E	662	P	29.8	F	24.9	<p>19(火) 食育の日(地産地消メニュー)</p> <p>カエリとアーモンドのみつがらめ</p> <p>たにんどん うおそうめんじる</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>586</td><td>P</td><td>28</td><td>F</td><td>14.3</td></tr> <tr><td>E</td><td>697</td><td>P</td><td>32.2</td><td>F</td><td>15.6</td></tr> </table>	E	586	P	28	F	14.3	E	697	P	32.2	F	15.6	<p>20(水) 「じゃがいも」はどんな栄養があるの？</p> <p>ちくぜんに</p> <p>さんまのからあげ</p> <p>ごはん じゃがいものみそじる</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>580</td><td>P</td><td>22.5</td><td>F</td><td>18.2</td></tr> <tr><td>E</td><td>752</td><td>P</td><td>28.4</td><td>F</td><td>25.9</td></tr> </table>	E	580	P	22.5	F	18.2	E	752	P	28.4	F	25.9	<p>21(木) 琉球料理の日</p> <p>フータシャー</p> <p>ごはん アーサじる</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>513</td><td>P</td><td>23.4</td><td>F</td><td>14.3</td></tr> <tr><td>E</td><td>609</td><td>P</td><td>27</td><td>F</td><td>15.8</td></tr> </table>	E	513	P	23.4	F	14.3	E	609	P	27	F	15.8	<p>22(金) 「マナー」ってなんなの…？</p> <p>オレンジ</p> <p>ナムル</p> <p>ごはん ぶたじやがキムチーズ</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>578</td><td>P</td><td>23.5</td><td>F</td><td>15.3</td></tr> <tr><td>E</td><td>683</td><td>P</td><td>27</td><td>F</td><td>16.9</td></tr> </table>	E	578	P	23.5	F	15.3	E	683	P	27	F	16.9
E	563	P	24.6	F	21.6																																																											
E	662	P	29.8	F	24.9																																																											
E	586	P	28	F	14.3																																																											
E	697	P	32.2	F	15.6																																																											
E	580	P	22.5	F	18.2																																																											
E	752	P	28.4	F	25.9																																																											
E	513	P	23.4	F	14.3																																																											
E	609	P	27	F	15.8																																																											
E	578	P	23.5	F	15.3																																																											
E	683	P	27	F	16.9																																																											
<p>25(月) 「のっぺい汁」を知っていますか？</p> <p>にんじんシリシリ</p> <p>こいわしのからあげ</p> <p>ごはん のっぺいじる</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>541</td><td>P</td><td>22.7</td><td>F</td><td>15.4</td></tr> <tr><td>E</td><td>650</td><td>P</td><td>27.1</td><td>F</td><td>17.3</td></tr> </table>	E	541	P	22.7	F	15.4	E	650	P	27.1	F	17.3	<p>26(火) 食事の衛生を守ろう(ー)/</p> <p>(小) はちみつ</p> <p>コーンチーズポテト ABCスープ</p> <p>(小) コッペパン</p> <p>(中) きなこあげパン</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>571</td><td>P</td><td>20.5</td><td>F</td><td>16.8</td></tr> <tr><td>E</td><td>707</td><td>P</td><td>25.2</td><td>F</td><td>27.1</td></tr> </table>	E	571	P	20.5	F	16.8	E	707	P	25.2	F	27.1	<p>27(水) かむことのメリットとは…！！？</p> <p>アーモンド</p> <p>ごもくめ</p> <p>ごはん さかなじる</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>570</td><td>P</td><td>25.7</td><td>F</td><td>18.2</td></tr> <tr><td>E</td><td>667</td><td>P</td><td>29.5</td><td>F</td><td>19.2</td></tr> </table>	E	570	P	25.7	F	18.2	E	667	P	29.5	F	19.2	<p>28(木) みんなで協力して給食準備をしよう！</p> <p>にくだんごのちゅうかいため</p> <p>ごはん わかめスープ</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>511</td><td>P</td><td>18.2</td><td>F</td><td>13.2</td></tr> <tr><td>E</td><td>607</td><td>P</td><td>20.8</td><td>F</td><td>14.4</td></tr> </table>	E	511	P	18.2	F	13.2	E	607	P	20.8	F	14.4	<p>29(金) 「クーリジシ」って…！！？</p> <p>タマナーチャンプルー</p> <p>ごはん クーリジシ</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>507</td><td>P</td><td>23.4</td><td>F</td><td>14.3</td></tr> <tr><td>E</td><td>601</td><td>P</td><td>26.7</td><td>F</td><td>15.7</td></tr> </table>	E	507	P	23.4	F	14.3	E	601	P	26.7	F	15.7
E	541	P	22.7	F	15.4																																																											
E	650	P	27.1	F	17.3																																																											
E	571	P	20.5	F	16.8																																																											
E	707	P	25.2	F	27.1																																																											
E	570	P	25.7	F	18.2																																																											
E	667	P	29.5	F	19.2																																																											
E	511	P	18.2	F	13.2																																																											
E	607	P	20.8	F	14.4																																																											
E	507	P	23.4	F	14.3																																																											
E	601	P	26.7	F	15.7																																																											