

| 献立明細表について                                                                                                                                    |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | 10月1日 木曜日       |     |     |      | 10月2日 金曜日  |     |     |      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----------------|-----|-----|------|------------|-----|-----|------|
|                                                                                                                                              | 食品名 | 小分量 | 配合表 | 除去食 | 食品名 | 小分量 | 配合表 | 除去食 | 食品名 | 小分量 | 配合表 | 除去食 | 食品名             | 小分量 | 配合表 | 除去食  | 食品名        | 小分量 | 配合表 | 除去食  |
| <b>①配合表の欄に「月」がある食品</b><br>添付されている「食品配合表」に使用している材料が詳しく書かれていますので、ご確認ください。                                                                      |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | コッペパン           |     |     |      | ごはん        |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | 牛乳              |     |     |      | 牛乳         |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | タンドリーチキン        |     |     |      | 揚げぎょうざ     |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | コールスローサラダ       |     |     |      | 大根とわかめのサラダ |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | さつまいもとしめじのポタージュ |     |     |      | 冬瓜の中華スープ   |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |                 |     |     |      | アロエヨーグルト   |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | コッペパン           |     | 年   | 提供なし | ごはん        |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | 牛乳              |     |     | 提供なし | 牛乳         |     |     | 提供なし |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | タンドリーチキン        |     |     |      | 揚げぎょうざ     |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | 鶏むね切身           |     |     |      | 揚げぎょうざ     |     | 月   |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | にんにく            |     |     |      | 大豆白絞油      |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | しょうが            |     |     |      |            |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | 酒               |     |     |      | 大根とわかめのサラダ |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | 砂糖              |     |     |      | とうもろこし     |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | 精製塩             |     |     |      | にんじん       |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | ケチャップ（調理用）      |     | 年   |      | わかめ        |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | レモン果汁           |     |     |      | 大根         |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | カレー粉            |     | 年   |      | 青じそドレッシング  |     | 年   |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | パプリカ粉           |     |     |      |            |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | こしょう            |     |     |      | 冬瓜の中華スープ   |     |     |      |
| <b>②配合表の欄に「年」がある食品</b><br>年度の始めに配布した「年間使用食品配合表」に、使用している材料が詳しく書かれていますので、ご確認ください。<br>また、使用する頻度の多い一部の食品については「年」を付けませんので、詳細は年間使用食品配合表の目次をご覧ください。 |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | 大豆白絞油           |     |     |      | にんじん       |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | コッペパン           |     |     |      | たまねぎ       |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | コールスローサラダ       |     |     |      | 厚揚げ        |     | 年   |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | とうもろこし          |     |     |      | とうがん       |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | にんじん            |     |     |      | にら         |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | きゅうり            |     |     |      | 中華スープストック  |     | 年   |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | キャベツ            |     |     |      | こいくちしょうゆ   |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | コールスロードレッシング    |     | 年   |      | 精製塩        |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |                 |     |     |      | こしょう       |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | さつまいもとしめじのポタージュ |     |     |      | でんぶん       |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | ベーコン            |     | 月   |      |            |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | サラダ油            |     |     |      | アロエヨーグルト   |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | たまねぎ            |     |     |      | アロエヨーグルト   |     | 月   | 提供なし |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | にんじん            |     |     |      |            |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | さつまいも           |     |     |      |            |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | ぶなしめじ           |     |     |      |            |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | 牛乳              |     |     | 除去   |            |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | スープストック         |     | 年   |      |            |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | ホワイトシチューの素      |     | 年   |      |            |     |     |      |
| <b>③除去食の欄に「除去」とある食品</b><br>該当の食品を除去し、調理したものを専用容器に入れて提供します。                                                                                   |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | こしょう            |     |     |      |            |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | ローリエ            |     |     |      |            |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | パセリ             |     |     |      |            |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | 精製塩             |     |     |      |            |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |                 |     |     |      |            |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |                 |     |     |      |            |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |                 |     |     |      |            |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |                 |     |     |      |            |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |                 |     |     |      |            |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |                 |     |     |      |            |     |     |      |
| <b>④除去食の欄に「提供なし」とある食品</b><br>該当の食品は提供はありません。                                                                                                 |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |                 |     |     |      |            |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |                 |     |     |      |            |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |                 |     |     |      |            |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |                 |     |     |      |            |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |                 |     |     |      |            |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |                 |     |     |      |            |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |                 |     |     |      |            |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |                 |     |     |      |            |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |                 |     |     |      |            |     |     |      |
|                                                                                                                                              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |                 |     |     |      |            |     |     |      |

令和 8 年度 10 月分 献立明細表

## Bブロック

つくばほがらか給食センター谷田部

| 10月5日                                                |     |     |      | 10月6日                                         |     |     |      | 10月7日                                                     |     |     |      | 10月8日                                            |     |     |      | 10月9日                                             |     |     |      |
|------------------------------------------------------|-----|-----|------|-----------------------------------------------|-----|-----|------|-----------------------------------------------------------|-----|-----|------|--------------------------------------------------|-----|-----|------|---------------------------------------------------|-----|-----|------|
| ごはん<br>牛乳<br>さばのみりん干し<br>ほうれん草とたまごのソテー<br>大根と油揚げのみそ汁 |     |     |      | ビタバン<br>牛乳<br>スラッピージョー<br>コロコロポテトサラダ<br>麦のスープ |     |     |      | ごはん<br>牛乳<br>豆腐ステーキそぼろあんかけ<br>水菜とたくあんのあえもの<br>かまぼこと白菜のスープ |     |     |      | きのこたっぷりうどん（ソフト麺）<br>牛乳<br>きなこいも<br>もやしとちくわのポン酢和え |     |     |      | 麦ごはん<br>牛乳<br>ふっくら焼きかまぼこ<br>ハッシュドポーク<br>フルーツナタデココ |     |     |      |
| 食品名                                                  | 小分量 | 配合表 | 除去食  | 食品名                                           | 小分量 | 配合表 | 除去食  | 食品名                                                       | 小分量 | 配合表 | 除去食  | 食品名                                              | 小分量 | 配合表 | 除去食  | 食品名                                               | 小分量 | 配合表 | 除去食  |
| ごはん                                                  |     |     |      | ビタバン                                          |     | 月   | 提供なし | ごはん                                                       |     |     |      | きのこたっぷりうどん（ソフト麺）                                 |     |     |      | 麦ごはん                                              |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      | ソフト麺                                             |     | 年   |      | ごはん                                               |     |     |      |
| 牛乳                                                   |     |     | 提供なし | 牛乳                                            |     |     | 提供なし | 牛乳                                                        |     |     | 提供なし | 豚小間肉                                             |     |     |      | 大麦                                                |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      | にんじん                                             |     |     |      |                                                   |     |     |      |
| さばのみりん干し                                             |     |     |      | スラッピージョー                                      |     |     |      | 豆腐ステーキそぼろあんかけ                                             |     |     |      | 干ししいたけ                                           |     |     |      | 牛乳                                                |     |     | 提供なし |
| さばみりん干し                                              |     | 月   |      | 豚ひき肉                                          |     |     |      | 豆腐ステーキ                                                    |     | 月   |      | こんにゃく                                            |     |     |      |                                                   |     |     |      |
| 大豆白絞油                                                |     |     |      | サラダ油                                          |     |     |      | 大豆白絞油                                                     |     |     |      | れんこん                                             |     |     |      | ふっくら焼きかまぼこ                                        |     |     |      |
|                                                      |     |     |      | にんにく                                          |     |     |      | 鶏ひき肉                                                      |     |     |      | なめこ                                              |     |     |      | ふっくら焼きかまぼこ                                        |     | 月   |      |
| ほうれん草とたまごのソテー                                        |     |     |      | たまねぎ                                          |     |     |      | ごま油                                                       |     |     |      | ひらたけ                                             |     |     |      | 大豆白絞油                                             |     |     |      |
| ウインナースライス                                            |     | 月   |      | にんじん                                          |     |     |      | ひきわり大豆                                                    |     |     |      | 小松菜                                              |     |     |      |                                                   |     |     |      |
| サラダ油                                                 |     |     |      | ひよこ豆                                          |     |     |      | しょうが                                                      |     |     |      | こいくちしょうゆ                                         |     |     |      | ハッシュドポーク                                          |     |     |      |
| にんじん                                                 |     |     |      | エリンギ                                          |     |     |      | 赤パブリカ                                                     |     |     |      | 酒                                                |     |     |      | 豚小間肉                                              |     |     |      |
| 炒りたまご                                                |     | 月   | 除去   | トマト缶                                          |     |     |      | たまねぎ                                                      |     |     |      | みりん                                              |     |     |      | にんにく                                              |     |     |      |
| ほうれんそう                                               |     |     |      | 砂糖                                            |     |     |      | 砂糖                                                        |     |     |      | 煮干し                                              |     |     |      | サラダ油                                              |     |     |      |
| コンソメ                                                 |     | 年   |      | スープストック                                       |     | 年   |      | こいくちしょうゆ                                                  |     |     |      | かつお節                                             |     |     |      | たまねぎ                                              |     |     |      |
| こしょう                                                 |     |     |      | ケチャップ（調理用）                                    |     | 年   |      | オイスターソース                                                  |     | 年   |      | 精製塩                                              |     |     |      | にんじん                                              |     |     |      |
| 精製塩                                                  |     |     |      | ウスターソース                                       |     | 年   |      | でんぶん                                                      |     |     |      |                                                  |     |     |      | じゃがいも                                             |     |     |      |
|                                                      |     |     |      | こしょう                                          |     |     |      |                                                           |     |     |      | 牛乳                                               |     |     | 提供なし | ぶなしめじ                                             |     |     |      |
| 大根と油揚げのみそ汁                                           |     |     |      | 精製塩                                           |     |     |      | 水菜とたくあんのあえもの                                              |     |     |      |                                                  |     |     | いんげん |                                                   |     |     |      |
| 大根                                                   |     |     |      |                                               |     |     |      | 千切りたくあん                                                   |     | 月   |      | きなこいも                                            |     |     |      | 赤ワイン                                              |     |     |      |
| にんじん                                                 |     |     |      | コロコロポテトサラダ                                    |     |     |      | にんじん                                                      |     |     |      | さつまいも                                            |     |     |      | 砂糖                                                |     |     |      |
| 油揚げ                                                  |     | 年   |      | じゃがいも                                         |     |     |      | 水菜                                                        |     |     |      | 大豆白絞油                                            |     |     |      | ケチャップ（調理用）                                        |     | 年   |      |
| 干ししいたけ                                               |     |     |      | とうもろこし                                        |     |     |      | もやし                                                       |     |     |      | 砂糖                                               |     |     |      | 中濃ソース                                             |     | 年   |      |
| 小松菜                                                  |     |     |      | ブロッコリー                                        |     |     |      |                                                           |     |     |      | こいくちしょうゆ                                         |     |     |      | ハヤシフレーク                                           |     | 年   |      |
| 白みそ                                                  |     |     |      | コーンクリーミードレッシング                                |     | 年   |      | かまぼこと白菜のスープ                                               |     |     |      | 穀物酢                                              |     |     |      | 精製塩                                               |     |     |      |
| 煮干し                                                  |     |     |      |                                               |     |     |      | 細切りかまぼこ                                                   |     | 月   |      | みりん                                              |     |     |      |                                                   |     |     |      |
| かつお節                                                 |     |     |      | 麦のスープ                                         |     |     |      | しょうが                                                      |     |     |      | でんぶん                                             |     |     |      | フルーツナタデココ                                         |     |     |      |
|                                                      |     |     |      | 鶏小間肉                                          |     |     |      | にんじん                                                      |     |     |      | きな粉                                              |     |     |      | バインアップルシラップ漬け                                     |     |     |      |
|                                                      |     |     |      | サラダ油                                          |     |     |      | 白菜                                                        |     |     |      |                                                  |     |     |      | 青りんごゼリー                                           |     | 月   |      |
|                                                      |     |     |      | たまねぎ                                          |     |     |      | ぶなしめじ                                                     |     |     |      | もやしとちくわのポン酢和え                                    |     |     |      | ナタデココ                                             |     | 月   |      |
|                                                      |     |     |      | にんじん                                          |     |     |      | ねぎ                                                        |     |     |      | にんじん                                             |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      | カリフラワー                                        |     |     |      | 中華スープストック                                                 |     | 年   |      | ちくわスライス                                          |     | 月   |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      | いんげん                                          |     |     |      | こいくちしょうゆ                                                  |     |     |      | にら                                               |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      | 大麦                                            |     |     |      | 精製塩                                                       |     |     |      | もやし                                              |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      | コンソメ                                          |     | 年   |      | こしょう                                                      |     |     |      | ポン酢                                              |     | 年   |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      | こいくちしょうゆ                                      |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      | こしょう                                          |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      | 精製塩                                           |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |
|                                                      |     |     |      |                                               |     |     |      |                                                           |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                                   |     |     |      |

## 献立明細表

## Bブロック

つくばほがらか給食センター谷田部

[illegible]

## つくばほがらか給食センター谷田部

**- 4 -**

令和 8 年度 10 月分 献立明細表

## Bブロック

つくばほからか給食センター谷田部

| 10月26日                                            |  |     |     | 月曜日  |             |  |     | 10月27日                                       |      |                |  | 火曜日 |     |      |                  | 10月28日                                                      |     |     |      | 水曜日                 |  |     |     | 10月29日                                     |                  |  |     | 木曜日 |     |  |  | 10月30日                                                                                           |  |  |  | 金曜日 |  |  |  |
|---------------------------------------------------|--|-----|-----|------|-------------|--|-----|----------------------------------------------|------|----------------|--|-----|-----|------|------------------|-------------------------------------------------------------|-----|-----|------|---------------------|--|-----|-----|--------------------------------------------|------------------|--|-----|-----|-----|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|-----|--|--|--|
| ごはん<br>牛乳<br>ポークしゅうまい<br>油揚げと小松菜のサラダ<br>かぶのすりながし汁 |  |     |     |      |             |  |     | ごはん<br>牛乳<br>ハンバーグきのこソース<br>れんこんサラダ<br>いものこ汁 |      |                |  |     |     |      |                  | ごはん<br>牛乳<br>豚肉とキャベツの塩こんぶ炒め<br>ごぼうとツナのサラダ<br>厚揚げとれんこんのごまみそ汁 |     |     |      |                     |  |     |     | ミルクパン<br>牛乳<br>メンチカツ<br>花野菜サラダ<br>ジュリエンスープ |                  |  |     |     |     |  |  | つくば市なかよしカレーライス（ごはん）<br>アセロラジュース<br>フライドポテト<br>水菜のフレンチサラダ<br>マスカットゼリー<br><div>みんなで食べる学校給食の日</div> |  |  |  |     |  |  |  |
| 食品名                                               |  | 小分量 | 配合表 | 除去食  | 食品名         |  | 小分量 | 配合表                                          | 除去食  | 食品名            |  | 小分量 | 配合表 | 除去食  | 食品名              |                                                             | 小分量 | 配合表 | 除去食  | 食品名                 |  | 小分量 | 配合表 | 除去食                                        | 食品名              |  | 小分量 | 配合表 | 除去食 |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
| ごはん                                               |  |     |     |      | ごはん         |  |     |                                              |      | ごはん            |  |     |     |      | ミルクパン            |                                                             |     | 年   | 提供なし | つくば市なかよしカレーライス（ごはん） |  |     |     |                                            | ごはん              |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      | にんにく                |  |     |     |                                            | しょうが             |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
| 牛乳                                                |  |     |     | 提供なし | 牛乳          |  |     |                                              | 提供なし | 牛乳             |  |     |     | 提供なし | 牛乳               |                                                             |     |     | 提供なし | にんにく                |  |     |     |                                            | しょうが             |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      | たまねぎ                |  |     |     |                                            | たまねぎ             |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
| ポークしゅうまい                                          |  |     |     |      | ハンバーグきのこソース |  |     |                                              |      | 豚肉とキャベツの塩こんぶ炒め |  |     |     |      | メンチカツ            |                                                             |     |     |      | にんじん                |  |     |     |                                            | にんじん             |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
| ポークしゅうまい                                          |  |     | 月   |      | ハンバーグ       |  |     | 月                                            |      | 豚小間肉           |  |     |     |      | メンチカツ            |                                                             |     | 月   |      | ごぼう                 |  |     |     |                                            | ごぼう              |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      | 大豆白絞油       |  |     |                                              |      | 酒              |  |     |     |      | 大豆白絞油            |                                                             |     |     |      | トマト缶                |  |     |     |                                            | トマト缶             |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
| 油揚げと小松菜のサラダ                                       |  |     |     |      | にんじん        |  |     |                                              |      | サラダ油           |  |     |     |      | 花野菜サラダ           |                                                             |     |     |      | ぶなしめじ               |  |     |     |                                            | 揚げなす             |  |     | 月   |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
| とうもろこし                                            |  |     |     |      | サラダ油        |  |     |                                              |      | にんにく           |  |     |     |      | とうもろこし           |                                                             |     |     |      | ほうれんそう              |  |     |     |                                            | ほうれんそう           |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
| にんじん                                              |  |     |     |      | 干ししいたけ      |  |     |                                              |      | たまねぎ           |  |     |     |      | にんじん             |                                                             |     |     |      | 白いんげん豆ペースト          |  |     |     |                                            | 白いんげん豆ペースト       |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
| 小松菜                                               |  |     |     |      | えのきたけ       |  |     |                                              |      | キャベツ           |  |     |     |      | ブロッコリー           |                                                             |     |     |      | サラダ油                |  |     |     |                                            | サラダ油             |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
| きゅうり                                              |  |     |     |      | 砂糖          |  |     |                                              |      | 小松菜            |  |     |     |      | カリフラワー           |                                                             |     |     |      | アレルゲンフリーカレーフレーク     |  |     | 年   |                                            | アレルゲンフリーカレーフレーク  |  |     | 年   |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
| 油揚げ                                               |  |     | 年   |      | こいくちしょうゆ    |  |     |                                              |      | 砂糖             |  |     |     |      | ノンエッグマヨネーズ（チューブ） |                                                             |     | 年   |      | まろやかカレールー           |  |     |     |                                            | まろやかカレールー        |  |     | 年   |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
| 減塩和風ドレッシング                                        |  |     | 年   |      | みりん         |  |     |                                              |      | こいくちしょうゆ       |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      | カレー粉                |  |     |     |                                            | カレー粉             |  |     | 年   |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      | でんぶん        |  |     |                                              |      | こしょう           |  |     |     |      | ジュリエンスープ         |                                                             |     |     |      | 精製塩                 |  |     |     |                                            | 精製塩              |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
| かぶのすりながし汁                                         |  |     |     |      | れんこんサラダ     |  |     |                                              |      | 塩こんぶ           |  |     | 年   |      | ウイナースライス         |                                                             |     | 月   |      | アセロラジュース            |  |     | 月   |                                            | ※申込み有無を確認してください。 |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
| 星型なるとスライス                                         |  |     | 月   |      | とうもろこし      |  |     |                                              |      | でんぶん           |  |     |     |      | サラダ油             |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
| にんじん                                              |  |     |     |      | にんじん        |  |     |                                              |      | 精製塩            |  |     |     |      | にんじん             |                                                             |     |     |      | アセロラジュース            |  |     | 月   |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
| かぶ                                                |  |     |     |      | 小松菜         |  |     |                                              |      | ごぼうとツナのサラダ     |  |     |     |      | 大根               |                                                             |     |     |      | ※申込み有無を確認してください。    |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
| 干ししいたけ                                            |  |     |     |      | れんこん        |  |     |                                              |      | ツナ油漬           |  |     | 月   |      | じゃがいも            |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
| わかめ                                               |  |     |     |      | ごまドレッシング    |  |     | 年                                            |      | ブロッコリー         |  |     |     |      | セロリ              |                                                             |     |     |      | フライドポテト             |  |     |     |                                            | フライドポテト          |  |     | 月   |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
| ねぎ                                                |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      | にんじん           |  |     |     |      | コンソメ             |                                                             |     | 年   |      | 大豆白絞油               |  |     |     |                                            | 大豆白絞油            |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
| 酒                                                 |  |     |     |      | いものこ汁       |  |     |                                              |      | ごぼう            |  |     |     |      | 精製塩              |                                                             |     |     |      | 精製塩                 |  |     |     |                                            | 精製塩              |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
| かつお節                                              |  |     |     |      | ごぼう         |  |     |                                              |      | 和風クリーミードレッシング  |  |     | 年   |      | こしょう             |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
| 煮干し                                               |  |     |     |      | ごま油         |  |     |                                              |      | 厚揚げとれんこんのごまみそ汁 |  |     |     |      | こいくちしょうゆ         |                                                             |     |     |      | 水菜のフレンチサラダ          |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
| こいくちしょうゆ                                          |  |     |     |      | 大根          |  |     |                                              |      | にんじん           |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      | とうもろこし              |  |     |     |                                            | とうもろこし           |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
| 精製塩                                               |  |     |     |      | さつま揚げ       |  |     | 月                                            |      | 厚揚げ            |  |     |     | 年    |                  |                                                             |     |     |      | にんじん                |  |     |     |                                            | 水菜               |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
| でんぶん                                              |  |     |     |      | こんにゃく       |  |     |                                              |      | れんこん           |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      | キャベツ                |  |     |     |                                            | キャベツ             |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      | 里芋          |  |     |                                              |      | ねぎ             |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      | れんこん                |  |     |     |                                            | れんこん             |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      | ねぎ          |  |     |                                              |      | チンゲンサイ         |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      | クリームフレンチ白ドレッシング     |  |     | 年   |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      | こいくちしょうゆ    |  |     |                                              |      | 赤みそ            |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      | かつお節        |  |     |                                              |      | 煮干し            |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      | 酒           |  |     |                                              |      | かつお節           |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      | マスカットゼリー            |  |     |     |                                            | マスカットゼリー         |  |     | 月   |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      | 精製塩         |  |     |                                              |      | 白すりごま          |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      | マスカットゼリー            |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |
|                                                   |  |     |     |      |             |  |     |                                              |      |                |  |     |     |      |                  |                                                             |     |     |      |                     |  |     |     |                                            |                  |  |     |     |     |  |  |                                                                                                  |  |  |  |     |  |  |  |