

| 月                                                      |         |       |        | 火                                                |         | 水                                                 |         | 木         |         | 金                |                   |  |  |  |  |
|--------------------------------------------------------|---------|-------|--------|--------------------------------------------------|---------|---------------------------------------------------|---------|-----------|---------|------------------|-------------------|--|--|--|--|
| 平均栄養摂取量                                                |         |       |        | 10月の給食 地場産物の活用について<br>森町で作られた食材・食品               |         |                                                   |         |           |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        | エネルギー   | たんぱく質 | 脂質     | お米（ななつぼし） たまご きゅうり じゃがいも きくらげ<br>かぼちゃペースト（みよい農園） |         |                                                   |         |           |         |                  |                   |  |  |  |  |
| 幼稚園                                                    | 459kcal | 18.6g | 16.2g  | ベビーホタテ（砂原水産加工協議会様より無償で提供いただきました。）                |         |                                                   |         |           |         |                  |                   |  |  |  |  |
| 小学校<br>（中学年）                                           | 612kcal | 24.1g | 20.9g  | 森町近隣の町で作られた食材・食品                                 |         |                                                   |         |           |         |                  |                   |  |  |  |  |
| 中学校                                                    | 761kcal | 28.9g | 24.0g  | にんじん だいこん 長ねぎ キャベツ ごぼう<br>もやし はくさい 玉ねぎ りんご       |         |                                                   |         |           |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        | カルシウム   | 鉄     | 食塩相当量  |                                                  |         |                                                   |         |           |         |                  |                   |  |  |  |  |
| 幼稚園                                                    | 271mg   | 2.7mg | 1.7g   |                                                  |         |                                                   |         |           |         |                  |                   |  |  |  |  |
| 小学校<br>（中学年）                                           | 355mg   | 3.4mg | 2.3g   |                                                  |         |                                                   |         |           |         |                  |                   |  |  |  |  |
| 中学校                                                    | 387mg   | 4.3mg | 3.0g   |                                                  |         |                                                   |         |           |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 5                                                |         | 6                                                 |         | 7         |         | 8                |                   |  |  |  |  |
| 二色丼                                                    |         |       |        | 牛乳                                               |         | ソフトフランスパン                                         |         | 牛乳        |         | 和風キノコスパゲティ       |                   |  |  |  |  |
| 黄                                                      | 米       | 三温糖   | たまご    | 黄                                                | パン      | 黄                                                 | 米       | 黄         | スパゲティ   | 黄                | ごはん               |  |  |  |  |
| 赤                                                      | とり肉     | 大豆    | たまご    | 赤                                                | 牛乳      | 赤                                                 | 米       | 赤         | 油       | 赤                | 米                 |  |  |  |  |
| みそ汁《じゃがいも・玉ねぎ・しめじ》                                     |         |       |        | パンキンポタージュ                                        |         |                                                   |         | 牛乳        |         |                  |                   |  |  |  |  |
| 黄                                                      | じゃがいも   |       |        | 黄                                                | バター     | 黄                                                 | みそ      | 黄         | ペーコン    | 黄                | 牛乳                |  |  |  |  |
| 赤                                                      | みそ      |       |        | 赤                                                | 牛乳      | 赤                                                 | とり肉     | 赤         | 玉ねぎ     | 赤                | 牛乳                |  |  |  |  |
| 緑                                                      | 玉ねぎ     | しめじ   |        | 緑                                                | クリームチーズ | 緑                                                 | まいたけ    | 緑         | しめじ     | 緑                | みそ汁《たまご・もやし・長ねぎ》  |  |  |  |  |
| ぶどうゼリー                                                 |         |       |        | わかどりのピカタ                                         |         |                                                   |         | 1人2こずつ    |         |                  |                   |  |  |  |  |
| 黄                                                      | ゼリー     |       |        | 黄                                                | パン粉     | 黄                                                 | だいこん    | 黄         | てんぷん    | 黄                | たまご               |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 緑                                                | てんぷん    | 赤                                                 | なめこ     | 赤         | 油       | 赤                | みそ                |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 緑                                                | 小麦粉     | 赤                                                 | 厚焼玉子    | 赤         | こむぎこ    | 赤                | もやし               |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 黄                                                | とりにく    | 黄                                                 | さとう     | 赤         | さとう     | 赤                | かみかみごぼうハンバーグ      |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 緑                                                | たまご     | 黄                                                 | たまご     | 赤         | ヨーグルト   | 赤                | パン粉               |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 黄                                                | バター     | 黄                                                 | だいがくいも  | 赤         | バナナ     | 赤                | さとう               |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 緑                                                | ほうれん草   | 黄                                                 | さつまいも   | 赤         | みかん     | 赤                | 白いりごま             |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | ほうれん草とコーンのソテー                                    |         |                                                   |         | フルーツヨーグルト |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 黄                                                | バター     |                                                   |         |           |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 緑                                                | ほうれん草   |                                                   |         |           |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | パンは一口サイズにちぎってたべてね                                |         |                                                   |         |           |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         |           |         |                  |                   |  |  |  |  |
| きいちゃん<br>運動したり、勉強するための<br>エネルギーになるよ！<br>きいちゃんの食べ物は何か？？ |         |       |        | 12                                               | 13      | 14                                                | 15      | 16        |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | コッペパン                                            |         | ごはん                                               |         | 牛乳        |         | 牛乳               |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 黄                                                | パン      | 黄                                                 | 米       | 黄         | ラーメン    | 黄                | ごはん               |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 赤                                                | 牛乳      | 赤                                                 | 米       | 赤         | さとう     | 赤                | 米                 |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | コーンポタージュ                                         |         | 根菜のゴマ汁                                            |         | 牛乳        |         | 牛乳               |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 赤                                                | 牛乳      | 黄                                                 | じゃがいも   | 赤         | ぶた肉     | 赤                | 牛乳                |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 緑                                                | ピーズピューレ | 黄                                                 | 油あげ     | 赤         | なると     | 赤                | 牛乳                |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | パンキンアンサンプルエッグ                                    |         | 緑                                                 | だいこん    | 赤         | 長ねぎ     | 赤                | みそ汁《油あげ・だいこん・玉ねぎ》 |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 黄                                                | てんぷん    | 黄                                                 | にんじん    | 赤         | しょうが    | 赤                | 油あげ               |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 赤                                                | 油       | 黄                                                 | ごぼう     | 赤         | しょうが    | 赤                | みそ                |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 緑                                                | さとう     | 黄                                                 | 長ねぎ     | 赤         | しょうが    | 赤                | だいこん              |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | チリコンカン                                           |         | 赤                                                 | 切千大根    | 赤         | しょうが    | 赤                | 玉ねぎ               |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 黄                                                | 油       | 黄                                                 | 白いりごま   | 赤         | しょうが    | 赤                | 玉ねぎ               |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 赤                                                | 三温糖     | 黄                                                 | 三温糖     | 赤         | しょうが    | 赤                | 玉ねぎ               |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 緑                                                | ぶた肉     | 赤                                                 | さつまあげ   | 赤         | しょうが    | 赤                | 玉ねぎ               |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 緑                                                | だいず     | 赤                                                 | 切千大根    | 赤         | しょうが    | 赤                | 玉ねぎ               |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 黄                                                | 玉ねぎ     | 赤                                                 | にんじん    | 赤         | しょうが    | 赤                | 玉ねぎ               |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 緑                                                | にんじん    | 赤                                                 | つきこんにやく | 赤         | しょうが    | 赤                | 玉ねぎ               |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | パンは一口サイズにちぎってたべてね                                |         | 『サバ西京焼き』には、<br>ほねがはいっていることがあります。<br>きをつけながら たべてね。 |         |           |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         |           |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 19                                               | 20      | 21                                                | 22      | 23        |         |                  |                   |  |  |  |  |
| ごはん                                                    |         |       |        | 牛乳                                               |         | ごはん                                               |         | 牛乳        |         | ごはん              |                   |  |  |  |  |
| 黄                                                      | 米       | 黄     | パン     | 黄                                                | ごはん     | 黄                                                 | めん      | 黄         | 米       | 黄                | 米                 |  |  |  |  |
| 赤                                                      | 牛乳      | 赤     | まめ     | 赤                                                | 牛乳      | 赤                                                 | 油       | 赤         | 牛乳      | 赤                | 牛乳                |  |  |  |  |
| わかめスープ                                                 |         |       |        | コンソメスープ（ミートボール入り）                                |         | みそ汁《じゃがいも・わかめ・長ねぎ》                                |         | 牛乳        |         | みそ汁《たまご・玉ねぎ・とうふ》 |                   |  |  |  |  |
| 赤                                                      | わかめ     | 赤     | マロニー   | 黄                                                | ミートボール  | 黄                                                 | じゃがいも   | 赤         | うずらの卵   | 赤                | たまご               |  |  |  |  |
| 緑                                                      | とうふ     | 赤     | ミートボール | 赤                                                | 玉ねぎ     | 赤                                                 | わかめ     | 赤         | 玉ねぎ     | 赤                | とうふ               |  |  |  |  |
| ぶた肉とはるさめのいためもの                                         |         |       |        | 緑                                                | だいこん    | 赤                                                 | みそ      | 赤         | 玉ねぎ     | 赤                | みそ                |  |  |  |  |
| 黄                                                      | はるさめ    | 赤     | マロニー   | 黄                                                | にんじん    | 赤                                                 | 長ねぎ     | 赤         | しょうが    | 赤                | 玉ねぎ               |  |  |  |  |
| 赤                                                      | 油       | 赤     | マロニー   | 赤                                                | しめじ     | 赤                                                 | 玉ねぎ     | 赤         | しょうが    | 赤                | 玉ねぎ               |  |  |  |  |
| 緑                                                      | ごま油     | 赤     | マロニー   | 赤                                                | しょうが    | 赤                                                 | 玉ねぎ     | 赤         | しょうが    | 赤                | 玉ねぎ               |  |  |  |  |
| マロニーサラダ                                                |         |       |        | チキンチーズオープン焼き                                     |         | ぶた肉ステーキ                                           |         | 1人2こずつ    |         | 1人3こずつ           |                   |  |  |  |  |
| 黄                                                      | マロニー    | 赤     | 油      | 黄                                                | パン粉     | 赤                                                 | ぶた肉     | 黄         | さとう     | 赤                | 小麦粉               |  |  |  |  |
| 赤                                                      | さとう     | 赤     | とりにく   | 赤                                                | さとう     | 赤                                                 | にんにく    | 赤         | ぶた肉     | 赤                | ぶた肉               |  |  |  |  |
| 緑                                                      | ごま油     | 赤     | チーズ    | 赤                                                | とりにく    | 赤                                                 | にんにく    | 赤         | 玉ねぎ     | 赤                | 玉ねぎ               |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 緑                                                | パセリ     | 赤                                                 | にんにく    | 赤         | しょうが    | 赤                | 玉ねぎ               |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | パリパリサラダ                                          |         | 甘酢和え                                              |         | りんご       |         | りんご              |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 黄                                                | ドレッシング  | 黄                                                 | さとう     | 赤         | りんご     | 赤                | りんご               |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 赤                                                | ワンタンの皮  | 赤                                                 | ツナ      | 赤         | りんご     | 赤                | りんご               |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 緑                                                | 油       | 赤                                                 | キャベツ    | 赤         | りんご     | 赤                | りんご               |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 黄                                                | キャベツ    | 赤                                                 | きゅうり    | 赤         | りんご     | 赤                | りんご               |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 緑                                                | にんじん    | 赤                                                 | にんじん    | 赤         | りんご     | 赤                | りんご               |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | あげパン                                             |         | ごはん                                               |         | 牛乳        |         | 牛乳               |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 黄                                                | パン      | 黄                                                 | 米       | 黄         | スパゲティ   | 黄                | ごはん               |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 赤                                                | 牛乳      | 赤                                                 | 米       | 赤         | 油       | 赤                | 米                 |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | やさいスープ                                           |         | どさんこ汁                                             |         | 牛乳        |         | 牛乳               |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 赤                                                | ウインナー   | 黄                                                 | じゃがいも   | 赤         | ウインナー   | 赤                | 牛乳                |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 緑                                                | キャベツ    | 赤                                                 | ぶた肉     | 赤         | 玉ねぎ     | 赤                | 牛乳                |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 黄                                                | 玉ねぎ     | 赤                                                 | もやし     | 赤         | 玉ねぎ     | 赤                | みそ汁《じゃがいも・油あげ》    |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 赤                                                | にんじん    | 赤                                                 | とうもろこし  | 赤         | 玉ねぎ     | 赤                | 油あげ               |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 緑                                                | ピーマン    | 赤                                                 | しょうが    | 赤         | 玉ねぎ     | 赤                | みそ                |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | オムレツ                                             |         | ホッケザンギ風味フライ                                       |         | 1人2こずつ    |         | 1人3こずつ           |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 黄                                                | 油       | 黄                                                 | パン粉     | 黄         | マッシュポテト | 黄                | 小麦粉               |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 赤                                                | てんぷん    | 赤                                                 | 小麦粉     | 赤         | バター     | 赤                | 小麦粉               |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 緑                                                | たまご     | 赤                                                 | さとう     | 赤         | さとう     | 赤                | 小麦粉               |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 黄                                                | とりにく    | 赤                                                 | しょうが    | 赤         | しょうが    | 赤                | 小麦粉               |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 緑                                                | トマトピューレ | 赤                                                 | にんにく    | 赤         | しょうが    | 赤                | 小麦粉               |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | ラ・フランスゼリー                                        |         | ひじきのごもくに                                          |         | 白豆腐       |         | 肉豆腐              |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | 黄                                                | ゼリー     | 黄                                                 | 三温糖     | 黄         | マッシュポテト | 黄                | 三温糖               |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        | あげパンはいっしょに口の中につめこまず、<br>よくかんで のみこめる大ききでたべてね      |         |                                                   |         | ツナサラダ     |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 黄         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         | 赤         |         |                  |                   |  |  |  |  |
|                                                        |         |       |        |                                                  |         |                                                   |         |           |         |                  |                   |  |  |  |  |