

献立表

[フルマカン A]

<献立種類 1>

(2023年 2月 1日~2023年 2月 7日)

	2月 1日 (水)	2月 2日 (木)	2月 3日 (金)	2月 4日 (土)	2月 5日 (日)	2月 6日 (月)	2月 7日 (火)
朝 食	米飯180 g だし醤油入り 溶き卵 うの花炒り煮 ブロッコリーお浸し 味噌汁 牛乳	ふたごパン トマトキンピラ 野菜のコンソメ煮 コーンポタージュスー 牛乳	米飯180 g 肉団子 五目きんぴら 味噌汁 牛乳	クロワッサン1個 スパイ風オムレツ ツナサラダ ○ コーンポタージュスー 牛乳	米飯180 g 白身魚と豆腐のふんわ ひじき煮 味噌汁 牛乳	米飯180 g 糸島ねぎ入玉子焼き 白菜煮浸し 味噌汁 牛乳	ミニ食パン1個 粗挽きウィンナー マカロニサラダ コーンポタージュスー 牛乳
	エネルギー - 547kcal 蛋白質 18.0g 脂質 13.8g 炭水 85.5g 食塩 2.3g	エネルギー - 386kcal 蛋白質 14.8g 脂質 17.5g 炭水 37.2g 食塩 2.5g	エネルギー - 559kcal 蛋白質 17.5g 脂質 13.8g 炭水 88.0g 食塩 2.0g	エネルギー - 513kcal 蛋白質 16.4g 脂質 29.9g 炭水 37.1g 食塩 2.3g	エネルギー - 542kcal 蛋白質 16.1g 脂質 13.9g 炭水 86.1g 食塩 2.5g	エネルギー - 587kcal 蛋白質 17.5g 脂質 20.1g 炭水 80.0g 食塩 1.6g	エネルギー - 516kcal 蛋白質 14.0g 脂質 22.1g 炭水 43.4g 食塩 2.8g
昼 食	米飯90 g 山芋そば 小松菜のお浸し フルーツ (みかん)	米飯180 g ミートローフ (ホントサ) ポトフ ○ ゆず塩スープ	ロール寿司 イワシしょうが煮 白和え (法蓮草) 味噌汁	米飯180 g 白身魚の野菜あんかけ ちくわと昆布の煮物 味噌汁	米飯180 g サワラ照り焼き 切干大根の煮付け 味噌汁	米飯180 g 鶏の唐揚げ 春雨サラダ黒酢いり ゆず塩スープ	五目釜飯 ぶり幽庵焼き ほうれん草のお浸し 味噌汁
	エネルギー - 578kcal 蛋白質 18.1g 脂質 5.8g 炭水 108.5g 食塩 1.5g	エネルギー - 478kcal 蛋白質 13.4g 脂質 10.3g 炭水 79.4g 食塩 2.2g	エネルギー - 212kcal 蛋白質 10.5g 脂質 5.6g 炭水 32.3g 食塩 2.6g	エネルギー - 435kcal 蛋白質 14.3g 脂質 4.7g 炭水 80.9g 食塩 2.4g	エネルギー - 428kcal 蛋白質 15.8g 脂質 6.1g 炭水 74.1g 食塩 2.0g	エネルギー - 571kcal 蛋白質 14.9g 脂質 15.9g 炭水 83.3g 食塩 3.5g	エネルギー - 480kcal 蛋白質 18.4g 脂質 11.1g 炭水 72.8g 食塩 2.2g
夕 食	米飯180 g 赤魚煮付 ○ 大根のかに餡かけ 味噌汁	米飯180 g 野菜かき揚げ 高野豆腐の玉子とじ 味噌汁	米飯180 g 鶏肉の彩りあん 揚げ茄子の煮浸し 味噌汁	米飯180 g ビーフシチュー ○ ごぼうサラダ ハンノコツ/ハイン	米飯90 g 麻婆豆腐 Y 焼ビーフン 中華スープ (花ご膳)	米飯180 g サケ塩焼き 筑前煮 味噌汁	米飯180 g 豆腐ハンバーグ ○ 鶏肉のすき煮 味噌汁
	エネルギー - 439kcal 蛋白質 21.2g 脂質 1.5g 炭水 76.8g 食塩 2.1g	エネルギー - 501kcal 蛋白質 13.6g 脂質 9.9g 炭水 86.0g 食塩 2.2g	エネルギー - 472kcal 蛋白質 14.8g 脂質 11.6g 炭水 74.1g 食塩 2.1g	エネルギー - 829kcal 蛋白質 16.9g 脂質 35.6g 炭水 95.0g 食塩 2.5g	エネルギー - 526kcal 蛋白質 20.3g 脂質 22.6g 炭水 56.4g 食塩 5.2g	エネルギー - 399kcal 蛋白質 16.7g 脂質 3.7g 炭水 71.7g 食塩 2.4g	エネルギー - 514kcal 蛋白質 13.4g 脂質 12.9g 炭水 82.1g 食塩 2.5g

献立表

[フルマカン A]

<献立種類 1>

(2023年 2月 8日~2023年 2月14日)

	2月 8日 (水)	2月 9日 (木)	2月10日 (金)	2月11日 (土)	2月12日 (日)	2月13日 (月)	2月14日 (火)
朝食	ぞうすい (さけ) がんもの含め煮 いんげん胡麻和え 牛乳	バターロール1個 オムレツ (カンパルチーズ) かぶとブロッコリーのクリーム オニオンコンソメ 牛乳	米飯180g 高野豆腐の含め煮 (2) かぼちやの含め煮 味噌汁 牛乳	ふたごパン ベーコンポテト オニオン&コーンスローサラダ クラムチャウダー 牛乳	米飯180g 厚焼きたまご 甘 五目きんぴら 味噌汁 牛乳	米飯180g 白身魚と豆腐のふんわ 大根なます 味噌汁 牛乳	クロワッサン1個 トマトオムレツ スパゲティサラダ オニオンコンソメ 牛乳
	エネルギー - 449kcal 蛋白質 14.7g 脂質 12.4g 炭水 67.1g 食塩 1.5g	エネルギー - 354kcal 蛋白質 13.5g 脂質 14.7g 炭水 37.1g 食塩 2.2g	エネルギー - 535kcal 蛋白質 16.7g 脂質 10.8g 炭水 89.8g 食塩 1.8g	エネルギー - 453kcal 蛋白質 15.6g 脂質 25.0g 炭水 39.8g 食塩 2.1g	エネルギー - 549kcal 蛋白質 19.4g 脂質 13.8g 炭水 84.2g 食塩 2.2g	エネルギー - 547kcal 蛋白質 14.8g 脂質 13.1g 炭水 89.6g 食塩 2.7g	エネルギー - 487kcal 蛋白質 12.3g 脂質 19.7g 炭水 38.9g 食塩 2.8g
昼食	米飯180g メンチカツ Y 根菜サラダ 味噌汁	米飯180g 味噌だれチキン 木の実和え お吸い物 (花ご膳)	米飯180g アジトマト煮 O あさりとキャベツの生姜 味噌汁	親子丼 ほうれん草卵の花 (ゆ) モロヘイヤのごま和え 味噌汁	米飯180g 豚肉のゆばあん いんげんと白きくらげ 味噌汁	米飯180g タラ塩麴焼き 肉じゃが 味噌汁	米飯180g 牛肉入りコロッケ 65 緑野菜のペペロンチー コーンポタージュスー わたようかん
	エネルギー - 563kcal 蛋白質 12.7g 脂質 14.5g 炭水 92.7g 食塩 2.3g	エネルギー - 515kcal 蛋白質 16.2g 脂質 11.0g 炭水 83.3g 食塩 3.2g	エネルギー - 426kcal 蛋白質 20.3g 脂質 4.3g 炭水 75.5g 食塩 2.3g	エネルギー - 616kcal 蛋白質 20.5g 脂質 19.2g 炭水 82.7g 食塩 4.1g	エネルギー - 491kcal 蛋白質 18.1g 脂質 12.9g 炭水 71.5g 食塩 2.0g	エネルギー - 398kcal 蛋白質 16.3g 脂質 2.1g 炭水 75.2g 食塩 2.3g	エネルギー - 602kcal 蛋白質 9.6g 脂質 15.1g 炭水 100.0g 食塩 1.7g
夕食	米飯180g カレイ煮付 O ブロッコリーお浸し 味噌汁	米飯180g 赤魚幽庵焼き 厚揚げの彩り炒め 味噌汁	米飯180g 野菜たっぷり中華煮 焼ビーフン 中華スープ (花ご膳)	米飯180g さんま蒲焼き 炒り豆腐 味噌汁	米飯180g サバ味噌煮 O 筍とツナの煮物 お吸い物 (花ご膳)	米飯180g グリルチキン ひじき煮 味噌汁	米飯180g サワラ塩焼き うの花炒り煮 味噌汁
	エネルギー - 416kcal 蛋白質 21.0g 脂質 2.1g 炭水 73.2g 食塩 2.0g	エネルギー - 416kcal 蛋白質 16.6g 脂質 6.3g 炭水 69.4g 食塩 1.6g	エネルギー - 527kcal 蛋白質 13.0g 脂質 10.9g 炭水 91.1g 食塩 3.8g	エネルギー - 525kcal 蛋白質 20.3g 脂質 15.0g 炭水 73.9g 食塩 2.4g	エネルギー - 509kcal 蛋白質 17.5g 脂質 14.4g 炭水 73.0g 食塩 2.4g	エネルギー - 436kcal 蛋白質 16.3g 脂質 5.0g 炭水 79.1g 食塩 2.2g	エネルギー - 442kcal 蛋白質 17.7g 脂質 7.5g 炭水 72.2g 食塩 2.3g

献立表

[フルマカン A]

<献立種類 1>

(2023年 2月15日~2023年 2月21日)

	2月15日 (水)	2月16日 (木)	2月17日 (金)	2月18日 (土)	2月19日 (日)	2月20日 (月)	2月21日 (火)
朝食	米飯180 g 照焼き大豆ボール(3個) 彩り白菜漬け 味噌汁 牛乳	ミニ食パン1個 スクランブルエッグ ポテトサラダ コーンポタージュ 牛乳	米飯180 g 黒ムツ西京焼き 20 g ぜんまい煮 味噌汁 牛乳	バターロール1個 わかと野菜のトト煮 パンプキンサラダ オニオンコンソメ 牛乳	米飯180 g 高野豆腐の玉子とじ モロヘイヤの煮浸し 味噌汁 牛乳	米飯180 g 目玉焼き 彩り野菜と昆布の和え 味噌汁 牛乳	ミニ食パン1個 レアオムレツ わかと&コールスー-サラダ コーンポタージュ 牛乳
	エネルギー - 522kcal 蛋白質 16.4g 脂質 11.0g 炭水 86.9g 食塩 3.6g	エネルギー - 459kcal 蛋白質 12.9g 脂質 15.5g 炭水 50.3g 食塩 2.1g	エネルギー - 504kcal 蛋白質 17.1g 脂質 12.1g 炭水 78.0g 食塩 1.9g	エネルギー - 388kcal 蛋白質 11.7g 脂質 14.9g 炭水 47.5g 食塩 1.9g	エネルギー - 520kcal 蛋白質 17.8g 脂質 11.8g 炭水 81.8g 食塩 2.6g	エネルギー - 516kcal 蛋白質 16.7g 脂質 11.7g 炭水 84.0g 食塩 1.6g	エネルギー - 455kcal 蛋白質 13.4g 脂質 21.9g 炭水 44.8g 食塩 2.1g
昼食	米飯90 g チキンピカタ 北海道かぼちゃのクリーム ミネストローネ	米飯180 g 牛焼肉 青菜煮浸し 味噌汁	ちらしずし (錦糸) 鶏の照り焼き ト 切干大根の煮付け お吸い物 (花ご膳)	米飯180 g 豚ロースのマリネ わかと山芋のねばねば 味噌汁	米飯180 g チキン南蛮 小松菜のお浸し 味噌汁	ビーフカレー (甘口) さつま芋と豆のハニー フルーツ (白桃) 漬物 (福神漬)	米飯180 g ネギ塩豚ロース焼き ほうれん草とベーコンのハ 味噌汁
	エネルギー - 330kcal 蛋白質 9.7g 脂質 8.7g 炭水 51.2g 食塩 0.9g	エネルギー - 415kcal 蛋白質 11.8g 脂質 6.6g 炭水 73.8g 食塩 1.9g	エネルギー - 463kcal 蛋白質 15.3g 脂質 9.6g 炭水 75.7g 食塩 4.0g	エネルギー - 440kcal 蛋白質 13.2g 脂質 8.5g 炭水 74.9g 食塩 2.5g	エネルギー - 534kcal 蛋白質 16.0g 脂質 13.3g 炭水 83.6g 食塩 2.4g	エネルギー - 624kcal 蛋白質 10.1g 脂質 17.3g 炭水 101.3g 食塩 3.8g	エネルギー - 480kcal 蛋白質 16.0g 脂質 12.0g 炭水 73.6g 食塩 2.0g
夕食	米飯180 g ブリ生姜煮 ○ 薩摩芋と豆昆布の和え 味噌汁	米飯90 g カレイ西京焼 冬瓜のそぼろあんかけ 味噌汁	米飯180 g ピーマンの肉詰め TM いんげん胡麻和え 味噌汁	米飯180 g 赤魚西京焼き きんぴらごぼう 味噌汁	米飯180 g サンマみぞれ煮 たけのこ煮物 味噌汁	米飯180 g ぶり幽庵焼き 春雨サラダ黒酢いり 味噌汁	米飯180 g サケ塩焼き 肉じゃが 味噌汁
	エネルギー - 519kcal 蛋白質 20.7g 脂質 10.8g 炭水 80.9g 食塩 1.8g	エネルギー - 238kcal 蛋白質 14.7g 脂質 1.7g 炭水 39.0g 食塩 1.6g	エネルギー - 412kcal 蛋白質 11.1g 脂質 5.9g 炭水 75.7g 食塩 2.3g	エネルギー - 394kcal 蛋白質 13.9g 脂質 2.6g 炭水 76.0g 食塩 1.8g	エネルギー - 462kcal 蛋白質 12.9g 脂質 8.6g 炭水 79.7g 食塩 2.2g	エネルギー - 484kcal 蛋白質 15.8g 脂質 9.2g 炭水 76.0g 食塩 2.1g	エネルギー - 409kcal 蛋白質 17.8g 脂質 3.8g 炭水 72.6g 食塩 2.7g

献立表

[フルマカン A]

<献立種類 1>

(2023年 2月22日～2023年 2月28日)

	2月22日 (水)	2月23日 (木)	2月24日 (金)	2月25日 (土)	2月26日 (日)	2月27日 (月)	2月28日 (火)
朝食	米飯180 g ホッケ塩焼き 20 g わかと湯葉のおかか和 味噌汁 牛乳	バターロール1個 ミートボール マカロニサラダ オニオンコンソメ 牛乳	米飯180 g だし醤油入り 溶き卵 ちくわと昆布の煮物 白菜お浸し お吸い物 (花ご膳) 牛乳	ふたごパン ポトフ ○ ブロッコリーお浸し コーンポタージュスー 牛乳	米飯180 g 炒り豆腐 野菜のコンソメ煮 味噌汁 牛乳	米飯180 g 厚焼きたまご 甘 菜の花の辛子和え 味噌汁 牛乳	クロワッサン1個 オムレツ (カマンベールチーズ) さつま芋サラダ オニオンコンソメ 牛乳
	エネルギー 503kcal 蛋白質 18.5g 脂質 10.1g 炭水 81.7g 食塩 3.1g	エネルギー 408kcal 蛋白質 11.6g 脂質 13.4g 炭水 39.0g 食塩 2.5g	エネルギー 535kcal 蛋白質 18.3g 脂質 13.6g 炭水 83.1g 食塩 3.1g	エネルギー 337kcal 蛋白質 11.8g 脂質 12.1g 炭水 39.3g 食塩 2.3g	エネルギー 533kcal 蛋白質 15.9g 脂質 15.7g 炭水 79.7g 食塩 2.0g	エネルギー 533kcal 蛋白質 19.6g 脂質 13.5g 炭水 80.8g 食塩 2.3g	エネルギー 456kcal 蛋白質 13.1g 脂質 22.6g 炭水 46.2g 食塩 2.3g
昼食	米飯180 g 天津玉子 筍とツナの煮物 エビチリソース煮 味噌汁	米飯180 g 鶏つくね 揚げ茄子の煮浸し 味噌汁	五目釜飯 豆腐ローフ (和風あん) かぼちやの含め煮 味噌汁	米飯180 g サバ塩焼き ○ うの花炒り煮 味噌汁	米飯180 g 鶏肉のトマトソース 豆のヘルシーサラダ オニオンコンソメ	米飯180 g ビーフハンバーグ 緑野菜のペペロンチー コーンポタージュスー	米飯180 g 豚の生姜焼き ふきの酢味噌和え 味噌汁
	エネルギー 460kcal 蛋白質 17.3g 脂質 7.8g 炭水 76.5g 食塩 3.2g	エネルギー 553kcal 蛋白質 20.9g 脂質 14.9g 炭水 79.3g 食塩 2.4g	エネルギー 478kcal 蛋白質 15.3g 脂質 7.4g 炭水 82.8g 食塩 2.8g	エネルギー 496kcal 蛋白質 15.2g 脂質 14.3g 炭水 72.3g 食塩 1.8g	エネルギー 474kcal 蛋白質 16.5g 脂質 7.8g 炭水 78.1g 食塩 1.7g	エネルギー 565kcal 蛋白質 16.2g 脂質 15.5g 炭水 83.2g 食塩 2.6g	エネルギー 483kcal 蛋白質 16.1g 脂質 11.3g 炭水 75.2g 食塩 2.9g
夕食	米飯180 g 黒ムツ煮付 ○ キャベツの酢の物 味噌汁	米飯180 g アジ西京焼き 白和え (法蓮草) 味噌汁	米飯180 g ブリ甘酢あんかけ ○ 筑前煮 味噌汁	米飯180 g 酢豚 ○ あさりとキャベツの生姜 中華スープ (花ご膳)	米飯180 g タラ塩麴焼き ふきと筍の塩きんぴら 味噌汁	米飯180 g ひじきと野菜の豆腐揚 鶏肉のすき煮 味噌汁	米飯180 g サワラ照り焼き 切干大根の煮付け 味噌汁
	エネルギー 482kcal 蛋白質 18.8g 脂質 6.9g 炭水 79.6g 食塩 2.3g	エネルギー 452kcal 蛋白質 17.8g 脂質 5.3g 炭水 80.4g 食塩 2.3g	エネルギー 486kcal 蛋白質 14.0g 脂質 9.4g 炭水 82.5g 食塩 2.1g	エネルギー 455kcal 蛋白質 11.7g 脂質 6.1g 炭水 86.7g 食塩 3.6g	エネルギー 389kcal 蛋白質 15.0g 脂質 4.5g 炭水 69.0g 食塩 2.1g	エネルギー 601kcal 蛋白質 16.5g 脂質 18.3g 炭水 89.4g 食塩 2.0g	エネルギー 455kcal 蛋白質 16.7g 脂質 6.2g 炭水 79.5g 食塩 2.4g

フルマカン A

給与栄養量表

2023年 2月 献立種類 1

日	エネルギー kcal	蛋白質 g	脂質 g	炭水化物 g	カルシウム mg	食物繊維 g	食塩 g			
1	1,564	57.3	21.1	270.8	373	9.5	5.9			
2	1,365	41.8	37.7	202.6	401	8.6	6.9			
3	1,243	42.8	31.0	194.4	374	6.6	6.7			
4	1,777	47.6	70.2	213.0	448	7.9	7.2			
5	1,496	52.2	42.6	216.6	467	6.2	9.7			
6	1,557	49.1	39.7	235.0	320	4.5	7.5			
7	1,510	45.8	46.1	198.3	358	6.6	7.5			
8	1,428	48.4	29.0	233.0	375	8.4	5.8			
9	1,285	46.3	32.0	189.8	414	5.7	7.0			
10	1,488	50.0	26.0	256.4	398	7.9	7.9			
11	1,594	56.4	59.2	196.4	495	11.8	8.6			
12	1,549	55.0	41.1	228.7	336	6.8	6.6			
13	1,381	47.4	20.2	243.9	343	6.5	7.2			
14	1,531	39.6	42.3	211.1	354	7.8	6.8			
15	1,371	46.8	30.5	219.0	351	7.0	6.3			
16	1,112	39.4	23.8	163.1	400	5.9	5.6			
17	1,379	43.5	27.6	229.4	369	6.4	8.2			
18	1,222	38.8	26.0	198.4	344	8.7	6.2			
19	1,516	46.7	33.7	245.1	451	6.9	7.2			
20	1,624	42.6	38.2	261.3	384	9.1	7.5			
21	1,344	47.2	37.7	191.0	372	7.3	6.8			
22	1,445	54.6	24.8	237.8	380	7.3	8.6			
23	1,413	50.3	33.6	198.7	394	6.0	7.2			
24	1,499	47.6	30.4	248.4	348	6.9	8.0			
25	1,288	38.7	32.5	198.3	370	9.2	7.7			
26	1,396	47.4	28.0	226.8	355	7.6	5.8			
27	1,699	52.3	47.3	253.4	432	7.8	6.9			
28	1,394	45.9	40.1	200.9	353	5.2	7.6			
合計	40,470	1,321.5	992.4	6,161.6	10,759	206.1	200.9			
平均	1,445	47.2	35.4	220.1	384	7.4	7.2			

フルマカン A

給与栄養量表

2023年 2月 献立種類 1

日	エネルギー kcal	蛋白質 g	脂質 g	炭水化物 g	水溶性繊維 g	不溶性繊維 g	食物繊維 g	ナトリウム mg	カリウム mg	カルシウム mg	リン mg	鉄 mg	レチノール活性 μg	ビタミンD μg	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	葉酸 μg	ビタミンC mg	食塩 g
1	1,564	57.3	21.1	270.8	2.2	7.5	9.5	1,697	1,233	373	726	4.9	333	0.8	0.38	0.64	166	45	5.9
2	1,365	41.8	37.7	202.6	2.4	6.5	8.6	1,994	1,272	401	657	4.1	503	1.2	0.49	1.34	140	32	6.9
3	1,243	42.8	31.0	194.4	1.4	4.9	6.6	1,693	1,198	374	657	4.0	344	9.4	0.28	0.69	131	44	6.7
4	1,777	47.6	70.2	213.0	2.1	5.3	7.9	2,170	1,634	448	768	4.8	470	2.4	0.39	1.52	168	41	7.2
5	1,496	52.2	42.6	216.6	0.8	3.7	6.2	2,674	1,527	467	691	4.1	195	3.8	0.33	0.66	111	19	9.7
6	1,557	49.1	39.7	235.0	1.0	3.8	4.5	2,275	1,163	320	739	3.7	228	13.8	0.29	0.71	134	31	7.5
7	1,510	45.8	46.1	198.3	1.5	5.2	6.6	1,982	1,248	358	598	4.1	389	4.4	0.33	1.41	180	53	7.5
8	1,428	48.4	29.0	233.0	1.9	6.6	8.4	1,657	1,150	375	589	4.5	280	0.7	0.35	0.74	180	44	5.8
9	1,285	46.3	32.0	189.8	1.2	4.6	5.7	1,927	1,238	414	711	4.0	275	2.4	0.45	0.71	151	24	7.0
10	1,488	50.0	26.0	256.4	1.5	5.9	7.9	1,935	1,211	398	663	4.1	370	2.9	0.40	0.60	163	46	7.9
11	1,594	56.4	59.2	196.4	2.0	10.1	11.8	2,522	1,442	495	825	7.1	508	9.2	0.47	0.98	212	33	8.6
12	1,549	55.0	41.1	228.7	1.2	5.4	6.8	1,554	1,186	336	704	5.1	342	1.3	0.97	0.89	136	13	6.6
13	1,381	47.4	20.2	243.9	1.0	3.8	6.5	1,890	1,574	343	687	3.3	275	1.0	0.36	0.57	129	31	7.2
14	1,531	39.6	42.3	211.1	1.7	6.2	7.8	2,221	1,240	354	663	3.6	276	4.4	0.43	1.46	131	35	6.8
15	1,371	46.8	30.5	219.0	1.6	5.3	7.0	1,839	1,415	351	575	4.3	285	0.8	0.63	0.69	156	36	6.3
16	1,112	39.4	23.8	163.1	1.6	4.2	5.9	1,243	1,393	400	639	4.0	307	7.4	0.30	1.51	152	61	5.6
17	1,379	43.5	27.6	229.4	1.0	5.2	6.4	2,144	1,254	369	675	4.1	399	2.1	0.28	0.70	139	26	8.2
18	1,222	38.8	26.0	198.4	2.4	6.1	8.7	1,817	1,315	344	626	3.2	315	1.7	0.59	0.65	166	45	6.2
19	1,516	46.7	33.7	245.1	1.4	5.7	6.9	1,848	1,096	451	715	4.9	512	3.9	0.37	0.64	164	28	7.2
20	1,624	42.6	38.2	261.3	1.9	5.9	9.1	2,361	1,600	384	656	5.2	175	4.7	0.37	0.74	167	39	7.5
21	1,344	47.2	37.7	191.0	1.8	5.4	7.3	1,680	1,270	372	702	3.5	487	13.5	0.57	1.52	246	56	6.8
22	1,445	54.6	24.8	237.8	1.2	5.5	7.3	2,384	1,218	380	707	4.6	268	3.8	0.31	0.78	180	22	8.6
23	1,413	50.3	33.6	198.7	1.4	4.4	6.0	2,175	1,412	394	737	3.6	309	5.0	0.33	0.67	152	41	7.2
24	1,499	47.6	30.4	248.4	1.4	4.6	6.9	2,070	1,575	348	726	3.7	330	3.0	0.43	0.65	143	39	8.0
25	1,288	38.7	32.5	198.3	1.9	6.8	9.2	1,912	1,279	370	663	3.5	296	6.9	0.34	1.44	148	45	7.7
26	1,396	47.4	28.0	226.8	1.1	6.7	7.6	1,603	1,361	355	749	4.0	277	1.2	0.36	0.66	151	36	5.8
27	1,699	52.3	47.3	253.4	1.6	6.2	7.8	1,748	1,397	432	802	6.0	365	1.0	0.57	1.61	265	54	6.9
28	1,394	45.9	40.1	200.9	1.2	4.2	5.2	2,281	1,454	353	694	3.6	334	4.1	0.34	0.82	110	18	7.6
合計	40,470	1,321.5	992.4	6,161.6	43.4	155.7	206.1	55,296	37,355	10,759	19,344	119.6	9,447	116.8	11.71	26.00	4,471	1,037	200.9
平均	1,445	47.2	35.4	220.1	1.6	5.6	7.4	1,975	1,334	384	691	4.3	337	4.2	0.42	0.93	160	37	7.2