



令和8年

★赤・黄・緑の食べ物のグループ分けは、6つの基礎食品(厚生労働省)と、食べ物の3つのはたらき(文部科学省)をもとにしています。

(作成者)栄養士 野原正子

日 曜	献立名	午後のおやつ (1～5歳児)	おもな材料(昼食)			日 曜	献立名	午後のおやつ (1～5歳児)	おもな材料(昼食)		
			あか 血や肉・骨と なる	きいろ 熱や力とな る	みどり 体の調子をよく する				あか 血や肉・骨と なる	きいろ 熱や力とな る	みどり 体の調子をよく する
5 月	♪ あけましておめでとうございます ♪ キーマカレー スティックきゅうり(マヨ) コーンスープ パイン缶	お麴ラスク 保育乳	鶏ひき肉 ベーコン(卵 不使用)	精白米 強化米(鉄) じゃが芋 ▲麴	人参 玉ねぎ GP ピーマン トマト缶 きゅうり コーン缶 ほうれん草(冷) パイン缶	20 火	チキンカレー カリカリきゅうり フルーツヨーグルト添え コーンスープ	ココアプリン せんべい	鶏もも肉 精白米 強化米(鉄) じゃが芋 白ゴマ	人参 GP 玉ねぎ ピーマン きゅうり パイン缶 みかん缶 コーン缶 レタス	
6 火	♪ 新年のお祝い御膳 ♪ 黒米ごはん 西京焼き 祝カマボコ 昆布イリチー ブロッコリーのゴマあえ イナムドウチ りんご	サーターアランダギー 保育乳	白身魚 カマボコ ちくわ 豚肉	精白米 黒米 強化米(鉄) ごま 白ゴマ	刻み昆布 かんぴょう 人参 糸こんにゃく ブロッコリー 干しいたけ ねぎ りんご	21 水	マージンごはん 納豆みそ 豚肉のマーマレード焼き 豆腐と島人参炒め もずくスープ みかん	マシュマロサンド 保育乳	ひきわり納豆 ツナ缶 豚肩ロース 豆腐 ちくわ もずく	ねぎ 人参 ブロッコリー 白菜 えのきたけ ねぎ みかん	
7 水	七草ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 温サラダ みそ汁(大根豆腐) みかん	七草 ポテトの甘辛揚げ 保育乳	ツナ缶 鶏もも肉 ハム (卵不使用) 豆腐 わかめ	精白米 強化米(鉄) じゃが芋	赤ピーマン ブロッコリー Hコーン缶 大根 ねぎ みかん	22 木	マージンごはん 魚のマヨネーズ焼き きんぴらごぼう(カレー風味) ブロッコリー みそ汁 みかん	ちんすこう (ココア風味) 保育乳	白身魚 鶏もも肉 油揚げ わかめ	精白米 強化米(鉄) もちきび	玉ねぎ ごぼう 人参 さやいんげん ブロッコリー 大根 ねぎ みかん
8 木	マージンごはん 和風ハンバーグ(だしあんかけ) きんぴらごぼう スライストマト すまし汁 みかん	シナモントースト 保育乳	豆腐 鶏ひき肉 干ひじき 豚肩ロース わかめ	精白米 強化米(鉄) もちきび 白ゴマ	玉ねぎ ごぼう 人参 ニラ 糸こんにゃく GP しめじ トマト 大根 ねぎ みかん	23 金	ロールパン 揚げ鶏のケチャップあん マカロニサラダ かぼちゃスープ いちご	わかめおにぎり 麦茶	鶏もも肉 ベーコン	ロールパン 白ゴマ マカロニ	パイン缶 人参 りんご レーズン かぼちゃ 玉ねぎ Cコーン缶 いちご
9 金	沖縄そば チーズコーンサラダ バナナ	みそおにぎり 保育乳	豚三枚肉 丸かまぼこ ミックスチー ズ ハム ツナ缶	沖縄そば (茹)	刻み昆布 山東菜 Hコーン缶 レタス きゅうり バナナ	24 土	マージンごはん 麻婆豆腐 スティックきゅうり(マヨ) キャベツのスープ みかん	タンナファクルー 保育乳	豆腐 豚ひき肉 鶏ささみ	精白米 強化米(鉄) もちきび	生しいたけ 人参 玉ねぎ たけのこ ニラ きゅうり キャベツ Cコーン缶 みかん
10 土	ハヤシライス きゅうりの中華風 白菜スープ みかん	亀の甲せんべい 保育乳	鶏ささみ ベーコン (卵不使用)	精白米 強化米(鉄) じゃが芋	玉ねぎ 人参 GP きゅうり 白菜 赤ピーマン 刻みパセリ みかん	26 月	のりごはん さばのゴマだれ焼き 人参シリシリ きゅうりのおかかあえ 春雨スープ みかん	ムーチー(鬼餅) 蒸し芋(焼き芋) 保育乳	さば ちくわ ツナ缶 鶏ささみ	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ 春雨 さつま芋	人参 ブロッコリー (冷) 玉ねぎ たけのこ 白菜 みかん
13 火	もずくどんぶり ゴマじゃが ブロッコリー みそ汁 パイン缶	ピザトースト 保育乳	もずく 豚ひき肉 絹ごし豆腐	精白米 強化米(鉄) じゃが芋 白すりごま	ピーマン コーン缶 ブロッコリー (冷) 白菜 ねぎ パイン缶	27 火	黒米ごはん レバーのかりん揚げ 野菜炒め もずくの酢物 みそ汁 りんご	メロンパン風クッキー 保育乳	豚レバー かまぼこ もずく わかめ	精白米 黒米 じゃが芋	ほうれん草 人参 しめじ 玉ねぎ きゅうり えのきたけ ニラ りんご
14 水	お弁当会	ヒラヤーチー 保育乳				28 水	豚肉ピビンバ 芋とひじきのサラダ 白菜スープ(三色) みかん	誕生日ケーキ 保育乳	豚もも肉 干ひじき ささみ	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ さつま芋	Hコーン缶 ほうれん草(冷) もやし 人参 白菜 ブロッコリー 赤ピーマン みかん
15 木	ハンダマごはん(琉) 沖縄風煮つけ(琉) きゅうりの甘酢あえ もずくのみそ汁 みかん	琉球料理の日 くんぺん風 焼き菓子(琉) 保育乳	豚肩ロース 厚揚げ しらす干し わかめ もずく ささみ	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ	ハンダマの葉 大根 昆布 しめじ 人参 きゅうり えのきたけ ねぎ みかん	29 木	スパゲティミートソース かみかみごぼう コーンスープ みかん	きなこラスク 保育乳	牛ひき肉 豚ひき肉	スパゲティ 白ゴマ	人参 玉ねぎ トマト セロリ ピーマン ごぼう コーン缶 キャベツ みかん
16 金	ごはん 魚の照り焼き ごまかぼちゃ 拌三絲(パンサンスー) わかめスープ りんご	さくさくクッキー 保育乳	白身魚 ハム わかめ	精白米 白ゴマ 白ゴマ 春雨	かぼちゃ 人参 きゅうり えのきたけ たけのこ ねぎ りんご	30 金	マージンごはん 鮭のタルタル焼き 厚揚げと野菜のみそ煮 もずくスープ(白菜) バナナ	オレンジゼリー せんべい 麦茶	鮭 厚揚げ もずく	精白米 強化米(鉄) もちきび	人参 大根 玉ねぎ 糸こんにゃく 干しいたけ チンゲン菜 白菜 ねぎ バナナ
17 土	焼きそば みそ汁(大根 豆腐) みかん	はちや棒 保育乳	豚もも肉 豆腐 わかめ	焼きそばめ ん	キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン 大根 ねぎ みかん	31 土	豚焼肉どんぶり スティックきゅうり(マヨ) みそ汁(えのきたけ) みかん	くろ棒 保育乳	豚肩ロース わかめ	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ	玉ねぎ 人参 ピーマン きゅうり えのきたけ ねぎ みかん
19 月	三色ごはん マカロニサラダ 魚のみそ汁 みかん	食育の日 ミニマドレーヌ 保育乳	鶏ひき肉 豚ひき肉 白身魚	精白米 強化米(鉄) マカロニ	人参 小松菜 パイン缶 桃缶 りんご レーズン 大根 ねぎ みかん	★材料、行事、その他の都合により、献立を変更することがあります。 ★食物アレルギー対応食は、医師の診断書に基づき、『保育所におけるアレルギー対応ガイドライン(厚労省2019)』に沿って実施します。 ★幼児食移行期(1歳～1歳半頃)は、咀嚼能力にあわせて調理形態や食材を替える場合があります。					



離乳食こんだて



【令和 8年】

★厚生労働省『授乳・離乳の支援ガイド』に沿って、離乳食を進めます。

★献立は月齢ごとの目安です。使用食品・調理形態・分量など、個人差を考慮します。

★離乳の完了は1歳から1歳6ヶ月頃です。進み具合をみながら、幼児食へ移行していきます。

【NO 1】

(作成者) 栄養士 野原正子



回数	1回食 (午前)			2回食 (午後)	
月令	離乳初期 5・6ヶ月頃 (開始後1ヶ月間)	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃
形態	なめらかにすりつぶした状態 プレーンヨーグルト状(ごっくん)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)
固さ	 例: かぼちゃ			 例: 白身魚	
5月	つぶしがゆ(とろとろ) 人参ペースト ポテトすり流し 野菜スープ	おじや マッシュポテト ほうれん草スープ	おじや マッシュポテト ほうれん草スープ	きなこがゆ 根菜トマト煮 あおさ汁	きなこがゆ 根菜トマト煮 あおさ汁
	【主な材料】 米 玉ねぎ 人参 ツナ缶 ジャガ芋 青のり ほうれん草 Cコーン缶			米 きなこ ジャガ芋 人参 ささみ トマト缶 あおさ	
6火	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し ブロッコリーすり流し すまし汁	全がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 人参スープ(みそ風味) ゆるゆるりんごゼリー	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 人参スープ(みそ風味) ゆるゆるりんごゼリー	全がゆ(べたべた) ツナジャガ ブロッコリーのスープ みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 ツナジャガ ブロッコリーのスープ みかん
	【主な材料】 米 白身魚 ブロッコリー 人参 かぼちゃ りんご 粉寒天			米 ジャガ芋 玉ねぎ 人参 ツナ缶 ブロッコリー Cコーン缶 みかん	
7水	つぶしがゆ(とろとろ) ブロッコリーすり流し 大根すりつぶし すまし汁	おじや 豆腐と大根のスープ(みそ風味) みかん	おじや 豆腐と大根のみそ汁 みかん	全がゆ(べたべた) 根菜おかか煮 白身魚のスープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 根菜おかか煮 白身魚のスープ バナナ
	【主な材料】 米 ツナ缶 ブロッコリー 人参 豆腐 大根 みかん			米 人参 ジャガ芋 白身魚 Cコーン缶 ブロッコリー バナナ	
8木	つぶしがゆ(とろとろ) 人参ペースト 大根すりつぶし すまし汁	全がゆ(べたべた) 豆腐と根菜のうま煮 おろし大根のスープ みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と根菜のうま煮 おろし大根のスープ みかん	パンがゆ→ころころトースト チキン野菜スープ ゆるゆるバナナ寒天	スティックトースト チキン野菜スープ ゆるゆるバナナ寒天
	【主な材料】 米 白身魚 ジャガ芋 玉ねぎ あおさ 大根 みかん			食パン ささみ 人参 玉ねぎ ジャガ芋 バナナ 粉寒天	
9金	つぶしがゆ(とろとろ) ポテトすり流し ブロッコリーすり流し すまし汁	全がゆ(べたべた) ささみとブロッコリーのうま煮 あおさ汁 バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 ささみとブロッコリーのうま煮 あおさ汁 バナナ	ツナ野菜うどん みかん	ツナ野菜うどん みかん
	【主な材料】 米 ささみ ブロッコリー 玉ねぎ 人参 あおさ バナナ			茹でうどん ツナ缶 レタス 人参 かぼちゃ みかん	
10土	つぶしがゆ(とろとろ) 人参ペースト ポテトすり流し 野菜スープ	全がゆ(べたべた) ささみのくず煮(トマト風味) 野菜スープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 ささみのくず煮(トマト風味) 野菜スープ バナナ	おじや(みそ風味) あおさ汁 みかん	みそおじや あおさ汁 みかん
	【主な材料】 米 ささみ ジャガ芋 白菜 人参 玉ねぎ バナナ			米 人参 玉ねぎ ブロッコリー ツナ缶 あおさ 白菜 みかん	
13火	つぶしがゆ(とろとろ) 人参ペースト 豆腐のすり流し すまし汁	全がゆ(べたべた) 根菜おかか煮 豆腐と白菜スープ(みそ風味)	全がゆ ⇒ 軟飯 根菜おかか煮 豆腐と白菜のみそ汁	あおさがゆ(べたべた) 白身魚のスープ煮 ブロッコリースープ みかん	あおさがゆ ⇒ 軟飯 白身魚のスープ煮 ブロッコリースープ みかん
	【主な材料】 米 人参 ジャガ芋 絹ごし豆腐 白菜			米 あおさ 白身魚 人参 ブロッコリー 玉ねぎ Cコーン缶 みかん	
14水	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し ほうれん草ペースト すまし汁	人参がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 くたくたそうめん汁 バナナ	人参がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 くたくたそうめん汁 バナナ	おじや チキンスープ みかん	おじや チキンスープ みかん
	【主な材料】 米 人参 白身魚 玉ねぎ ほうれん草 そうめん あおさ バナナ			米 玉ねぎ キャベツ ささみ 人参 ジャガ芋 BFホワイトソース みかん	
15木	つぶしがゆ(とろとろ) 人参ペースト 大根すりつぶし すまし汁	しらすがゆ(べたべた) 根菜すりつぶし あおさ汁 みかん	しらすがゆ ⇒ 軟飯 根菜すりつぶし あおさのみそ汁 みかん	おじや かぼちゃスープ バナナ	おじや かぼちゃスープ バナナ
	【主な材料】 米 しらす干し 大根 人参 ささみ あおさ 麴 みかん			米 大根 人参 ツナ缶 かぼちゃ ジャガ芋 Cコーン缶 バナナ	
16金	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し かぼちゃすり流し 人参ペースト すまし汁	全がゆ(べたべた) 煮魚かぼちゃあん ほうれん草スープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 煮魚かぼちゃあん ほうれん草スープ バナナ	あおさがゆ(べたべた) ツナジャガ あおさ汁 ゆるゆるりんごゼリー	あおさがゆ ⇒ 軟飯 ツナジャガ あおさ汁 ゆるゆるりんごゼリー
	【主な材料】 米 白身魚 玉ねぎ かぼちゃ ほうれん草 BFホワイトソース バナナ			米 ジャガ芋 人参 玉ねぎ ツナ缶 あおさ りんご 粉寒天	
17土	つぶしがゆ(とろとろ) 人参ペースト 大根すりつぶし すまし汁	菜がゆ(べたべた) 豆腐と根菜のだし煮 あおさ汁 みかん	菜がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と根菜のだし煮 あおさ汁 みかん	おじや 大根スープ バナナ	おじや 大根スープ バナナ
	【主な材料】 米 キャベツ 豆腐 大根 人参 あおさ みかん			米 キャベツ 人参 ツナ缶 大根 ほうれん草 バナナ	

回数	1回食（午前）			2回食（午後）	
月令	離乳初期 5・6ヶ月頃（開始後1ヶ月間）	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃
	なめらかにすりつぶした状態 プレーンヨーグルト状(ごっくん)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)
19 月	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し 小松菜ペースト 大根すりつぶし すまし汁	野菜がゆ 魚と大根のスープ(みそ風味) きなこバナナ	野菜がゆ 魚と大根のスープ(みそ風味) きなこバナナ	のりがゆ(べたべた) 野菜そぼろ煮風 ポテトスープ みかん	のりがゆ ⇒ 軟飯 野菜そぼろ煮風 ポテトスープ みかん
	主な材料) 米 人参 玉ねぎ 小松菜 白身魚 大根 バナナ きなこ			米 青のり 大根 人参 鶏ひき肉 ジャが芋 コーン缶 みかん	
20 火	つぶしがゆ(とろとろ) 人参ペースト ポテトすり流し 野菜スープ	おじや 野菜スープ バナナヨーグルト	おじや 野菜スープ バナナヨーグルト	全がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 くたくたそうめん汁 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 くたくたそうめん汁 みかん
	主な材料) 米 人参 ジャが芋 玉ねぎ レタス コーン缶 バナナ プレーンヨーグルト			米 白身魚 玉ねぎ ほうれん草 そうめん 人参 みかん	
21 水	つぶしがゆ(とろとろ) 人参ペースト ブロッコリーすり流し ポテトすり流し すまし汁	全がゆ(べたべた) 豆腐と野菜のだし煮 あおさ汁 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のだし煮 あおさ汁 みかん	野菜がゆ 魚のスープ ゆるゆるバナナ寒天	野菜がゆ ⇒ 軟飯 魚のスープ ゆるゆるバナナ寒天
	主な材料) 米 豆腐 人参 ブロッコリー あおさ 白菜 みかん			米 人参 白菜 白身魚 ジャが芋 ブロッコリー BFホワイトソース 粉寒天	
22 木	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し 人参ペースト 大根つぶし すまし汁	人参がゆ(べたべた) 白身魚のおろし煮 あおさ汁 みかん	人参がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のおろし煮 あおさ汁 みかん	全がゆ(べたべた) チキン野菜スープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 チキン野菜スープ バナナ
	主な材料) 米 人参 白身魚 大根 ブロッコリー あおさ みかん			米 鶏肉 ジャが芋 人参 ブロッコリー コーン缶 バナナ	
23 金	つぶしがゆ(とろとろ) かぼちゃすり流し 人参ペースト すまし汁	のりがゆ(べたべた) ささみと野菜のスープ いちごミルク	のりがゆ ⇒ 軟飯 ささみと野菜のスープ いちごミルク	全がゆ(べたべた) ツナポテト あおさ汁 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 ツナポテト あおさ汁 みかん
	主な材料) 米 青のり ささみ かぼちゃ 玉ねぎ 人参 コーン缶 いちご			米 ジャが芋 人参 玉ねぎ ツナ缶 あおさ 大根 みかん	
24 土	つぶしがゆ(とろとろ) 人参ペースト キャベツのすりつぶし 野菜スープ	全がゆ(べたべた) 豆腐と野菜のうま煮 キャベツのスープ みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のうま煮 キャベツのスープ みかん	鶏おじや ほうれん草スープ バナナ	鶏おじや ほうれん草スープ バナナ
	主な材料) 米 豆腐 玉ねぎ 人参 キャベツ コーン缶 みかん			米 ささみ 人参 キャベツ ほうれん草 玉ねぎ バナナ	
26 月	つぶしがゆ(とろとろ) 人参ペースト ブロッコリーすり流し 野菜スープ	あおさがゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 野菜スープ みかん	あおさがゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 野菜スープ みかん	芋がゆ 鶏野菜のスープ バナナ	芋がゆ ⇒ 軟飯 鶏野菜のスープ バナナ
	主な材料) 米 あおさ 白身魚 ブロッコリー 白菜 人参 ほうれん草 BFホワイトソース みかん			米 さつま芋 ささみ 白菜 人参 ブロッコリー バナナ	
27 火	つぶしがゆ(とろとろ) 人参ペースト ほうれん草ペースト 野菜スープ	全がゆ(べたべた) 人参ツナ煮 ポテトスープ バナナ	レバーがゆ ⇒ 軟飯 人参ツナ煮 ポテトスープ バナナ	おじや 白身魚と野菜のスープ ゆるゆるりんごゼリー	おじや 白身魚と野菜のスープ ゆるゆるりんごゼリー
	主な材料) 米 人参 ほうれん草 ツナ缶 ジャが芋 玉ねぎ バナナ			米 ジャが芋 人参 きゅうり 白身魚 ほうれん草 BFホワイトソース 粉寒天	
28 水	つぶしがゆ(とろとろ) さつま芋ペースト ほうれん草ペースト 人参ペースト すまし汁	芋がゆ(べたべた) 大根ツナ煮 ほうれん草スープ みかん	芋がゆ ⇒ 軟飯 大根ツナ煮 ほうれん草スープ みかん	全がゆ(べたべた) さつまのきなこあえ ささみと野菜のスープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 さつまのきなこあえ ささみと野菜のスープ バナナ
	主な材料) 米 さつま芋 あおさ 大根 人参 ツナ缶 ほうれん草 みかん			米 さつま芋 きなこ ささみ 人参 ブロッコリー コーン缶 バナナ	
29 木	つぶしがゆ(とろとろ) 人参ペースト ポテトすり流し 野菜スープ	のりがゆ(べたべた) 根菜トマト風味 くたくたうどん汁 バナナ	のりがゆ ⇒ 軟飯 根菜トマト風味 くたくたうどん汁 バナナ	パンがゆ→ころころトースト 魚とコーンのスープ みかん	スティックトースト 魚とコーンのスープ みかん
	主な材料) 米 青のり ささみ ジャが芋 人参 トマト缶 茹でうどん ほうれん草 バナナ			食パン 白身魚 コーン缶 ジャが芋 玉ねぎ 人参 みかん	
30 金	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し 人参ペースト 大根つぶし すまし汁	おじや 白身魚と大根のだし煮 あおさ汁 みかん	おじや 白身魚と大根のだし煮 あおさ汁 みかん	のりがゆ(べたべた) かぼちゃのツナ煮 大根スープ バナナ	のりがゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃのツナ煮 大根スープ バナナ
	主な材料) 米 人参 白菜 白身魚 大根 あおさ 麩 みかん			米 青のり かぼちゃ 玉ねぎ ツナ缶 大根 バナナ	
31 土	つぶしがゆ(とろとろ) 人参ペースト ブロッコリーすり流し すまし汁	ツナおじや ポテトスープ みかん	ツナおじや ポテトスープ みかん	あおさがゆ(べたべた) チキン野菜スープ バナナ	あおさがゆ ⇒ 軟飯 チキン野菜スープ バナナ
	主な材料) 米 人参 ブロッコリー ツナ缶 ジャが芋 玉ねぎ コーン缶 みかん			米 あおさ かぼちゃ 玉ねぎ ささみ ほうれん草 バナナ	

※ 離乳食の進め方など気になることは、担任の先生へお気軽にお問合せください。

