



令和3年

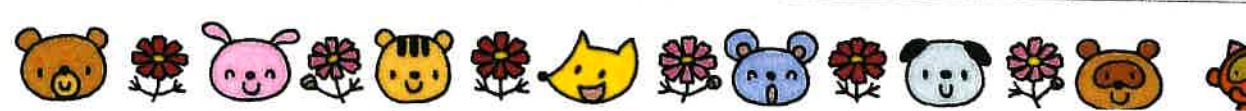
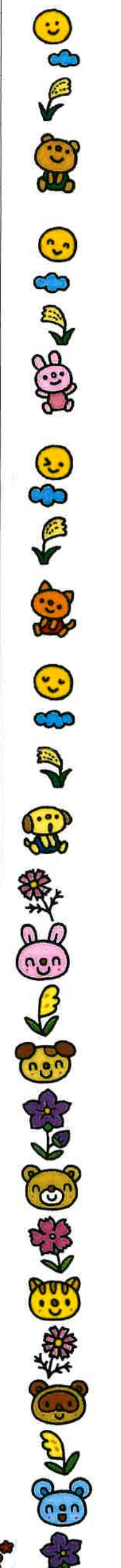
9月 給食献立表

3歳未満児

日	曜	星 食	おや つ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1	水	具沢山卵焼き さつまいもの黒ごま煮 ほうれん草ともやしの和え物 木綿豆腐のすまし汁 ごはん バナナ	どうぶつビスケット 牛乳 スコーン 牛乳	普通牛乳・鶏卵・鶏ひき肉・木綿豆腐	たべっこどうぶつ・三温糖・さつまいも ごま・米・無塩バター・薄力粉 グラニュー糖	たまねぎ・にんじん・乾しいたけ・青のり粉 ほうれん草・はくさい・りよくとうもろや えのきたけ・カットわかめ・バナナ
2	木	焼きうどん ジャーマンポテト 大根と厚揚げの味噌汁 りんご	ミレービスケット 牛乳 きなこのおはぎ 牛乳	普通牛乳・豚もも肉・焼き竹輪 かつお削り節・ウインナー・厚揚げ 米みそ・きな粉	ミレービスケット・うどん・調合油 じゃがいも・オリーブ油・米・米・上白糖	キャベツ・にんじん・こねぎ・青のり粉 たまねぎ・大根・えのきたけ・カットわかめ りんご
3	金	あじの塩焼き 牛肉とほうれん草のクリーム煮 かぼちゃの煮っころがし 大根とキャベツのすまし汁 ごはん 梨	どうぶつビスケット 牛乳 ミルクパン 牛乳	普通牛乳・まあい・牛もも	たべっこどうぶつ・調合油・薄力粉 三温糖・米・ミルクパンミニ	ほうれん草・たまねぎ・エリンギ 西洋かぼちゃ・大根・キャベツ・にんじん カットわかめ・日本なし
4	土	ケチャップライス さつまいもサラッパ かぼちゃと青ネギのすまし汁 りんご	野菜バー 牛乳 クッキー 鉄カルウエハース 牛乳	普通牛乳・豚ひき肉	ミニ野菜スティック・米・マカロニ・スパゲッティ 三温糖・ごま油・クッキー 鉄カルウエハース	たまねぎ・にんじん・スイートコーン信詰 カットわかめ・西洋かぼちゃ・ぶなしめじ こねぎ・りんご
6	月	鶏のてりやき キャベツのおひたし チーズこふきいも きのこの味噌汁 ごはん バナナ	どうぶつビスケット 牛乳 カップヨーグルト バナナ	普通牛乳・鶏もも・パルメザンチーズ 米みそ・ヨーグルト	たべっこどうぶつ・片栗粉・三温糖 じゃがいも・米	キャベツ・きゅうり・りよくとうもろやし ぶなしめじ・えのきたけ・まいたけ・にんじん たまねぎ・バナナ
7	火	さばの人参みそ煮 かぼちゃとひじきの煮物 小松菜のえのき浸し 豆腐のすまし汁 ごはん 梨	ミレービスケット 牛乳 おからマフィン 牛乳	普通牛乳・まさば・米みそ・絹ごし豆腐 油揚げ・おから・鶏卵	ミレービスケット・三温糖・米 マーガリン・グラニュー糖・薄力粉	にんじん・西洋かぼちゃ・ほしひじき こまつな・はくさい・えのきたけ・たまねぎ カットわかめ・日本なし
8	水	枝豆ハンバーグ さつまいもの甘露煮 ほうれん草のナムル 厚揚げと大根の味噌汁 ごはん りんご	どうぶつビスケット 牛乳 ワカメのおやき 牛乳	普通牛乳・豚ひき肉・牛ひき肉 木綿豆腐・大粒ドライパック缶・鶏卵 厚揚げ・米みそ・しらす下し	たべっこどうぶつ・パン粉・さつまいも 三温糖・ごま油・ごま・米	たまねぎ・えだまめ・ほうれん草 りよくとうもろやし・にんじん・大根・ぶなしめじ カットわかめ・りんご
9	木	鮭のチーズカレーニエル マカロニソテー ブロッコリーのおひたし かぼちゃの豆乳スープ ごはん 梨	ミレービスケット 牛乳 スイートポテト 牛乳	普通牛乳・さけ・パルメザンチーズ ベーコン・米みそ・豆乳・クリーム	ミレービスケット・薄力粉・有塩バター マカロニ・スパゲッティ・オリーブ油・三温糖 米・さつまいも・上白糖・無塩バター	青ピーマン・トマト信詰・ブロッコリー 西洋かぼちゃ・たまねぎ・にんじん・はくさい 日本なし
10	金	スパニッシュオムレツ コールスローサラダ 高野豆腐のそぼろあんかけ もやしのとろみスープ ごはん バナナ	どうぶつビスケット 牛乳 オレンジビスゼリ 牛乳	普通牛乳・鶏卵・ベーコン 大豆ドライパック缶・プロセスチーズ 高野豆腐・鶏ひき肉・カルピス	たべっこどうぶつ・じゃがいも・三温糖 上白糖・片栗粉・米	にんじん・キャベツ・パプリカ・きゅうり りよくとうもろやし・にら・ぶなしめじ・たまねぎ 刻み昆布・バナナ・粉寒天・みかん信詰
11	土	ツナピラフ ほうれん草とにんじんの 高野豆腐としめじのすまし汁 りんご	野菜バー 牛乳 クッキー 鉄カルウエハース 牛乳	普通牛乳・ツナ缶・高野豆腐	ミニ野菜スティック・米・三温糖・クッキー 鉄カルウエハース	たまねぎ・スイートコーン信詰・にんじん 青ピーマン・ほうれん草・ぶなしめじ カットわかめ・りんご
13	月	鶏のマーマレードやき ブロッコリーのサラダ 五目大豆 さつまいもの味噌汁 ごはん バナナ	どうぶつビスケット 牛乳 りんごカップケーキ 牛乳	普通牛乳・鶏もも・大豆ドライパック缶 米みそ・鶏卵	たべっこどうぶつ・マーマレード マヨネーズ・三温糖・さつまいも・米 ホットケーキミックス・上白糖 無塩バター	ブロッコリー・きゅうり・スイートコーン信詰・ごぼう 乾しいたけ・にんじん・たまねぎ・こねぎ バナナ・りんご
14	火	鮭とレモンのヨーグルト焼き じゃがいもの煮物 ひじきとパプリカの炒め煮 かぼちゃと厚揚げの味噌汁 ごはん りんご	ミレービスケット 牛乳 手間なしだんご 牛乳	普通牛乳・さけ・ヨーグルト・ベーコン 厚揚げ・米みそ	ミレービスケット・じゃがいも・三温糖 調合油・米・上新粉・上白糖・片栗粉	レモン・えだまめ・ほしひじき・パプリカ パプリカ・たまねぎ・西洋かぼちゃ カットわかめ・りんご
15	水	千草焼き 豚バラ大根 ほうれん草のおひたし 木綿豆腐のすまし汁 ごはん バナナ	どうぶつビスケット 牛乳 スコーン 牛乳	普通牛乳・鶏卵・鶏ひき肉・豚ばら 木綿豆腐・蒸しかまぼこ	たべっこどうぶつ・三温糖・ごま・米 無塩バター・薄力粉・グラニュー糖	たまねぎ・にんじん・乾しいたけ・青のり粉 大根・ほうれん草・はくさい・りよくとうもろやし えのきたけ・バナナ
16	木	きのこの炊き込みごはん 白身魚の天ぷら ほうれん草の香り かきたま汁 梨	ミレービスケット 牛乳 ロールケーキ 牛乳	普通牛乳・ひらめ・さくらえび・鶏卵 絹ごし豆腐	ミレービスケット・米・天ぷら粉・調合油 三温糖・ロールケーキ	ぶなしめじ・えのきたけ・生しいたけ エリンギ・カット昆布・ほうれん草・にんじん たまねぎ・糸みつば・カットわかめ・日本なし
17	金	根菜の煮物 キャベツのかりかりサラダ さつまいものこふきいも なすの味噌汁 ごはん バナナ	どうぶつビスケット 牛乳 ピザトースト 牛乳	普通牛乳・豚もも・厚揚げ・米みそ しらす下し・プロセスチーズ	たべっこどうぶつ・さといも・三温糖 さつまいも・米・食パン	ごぼう・にんじん・キャベツ・きゅうり・なす たまねぎ・まいたけ・バナナ・青ピーマン スイートコーン信詰
18	土	枝豆チャーハン じゃがいものゆかりあえ 高野豆腐としめじのすまし汁 りんご	野菜バー 牛乳 クッキー 鉄カルウエハース 牛乳	普通牛乳・豚ひき肉・高野豆腐	ミニ野菜スティック・米・じゃがいも クッキー・鉄カルウエハース	えだまめ・にんじん・たまねぎ・ぶなしめじ カットわかめ・りんご
21	火	鮭のごまみそやき キャベツのおひたし さつまいものレモン煮 まいたけの味噌汁 ごはん バナナ	ミレービスケット 牛乳 カルピス寒天 牛乳	普通牛乳・さけ・米みそ・カルピス	ミレービスケット・三温糖・ごま さつまいも・上白糖・米	キャベツ・きゅうり・りよくとうもろやし・レモン ぶなしめじ・えのきたけ・まいたけ・にんじん たまねぎ・バナナ・粉寒天
22	水	チキンライス マカロニサラダ ブロッコリーのマリネ オニオンスープ 梨	どうぶつビスケット 牛乳 パウムクーヘン 牛乳	普通牛乳・鶏ひき肉・ツナ缶・油揚げ 絹ごし豆腐	たべっこどうぶつ・有塩バター・米 マカロニ・マヨネーズ・三温糖 オリーブ油 厚切りしりとパウムクーヘン	たまねぎ・にんじん・スイートコーン信詰・きゅうり ブロッコリー・レモン・カットわかめ・バゼリ 日本なし
24	金	さばのつけやき かぼちゃの煮物 小松菜の和え物 豆腐のかきたま汁 ごはん 梨	どうぶつビスケット 牛乳 きなこ蒸しケーキ 牛乳	普通牛乳・まさば・鶏卵・木綿豆腐 きな粉	たべっこどうぶつ・三温糖・米 ホットケーキミックス	西洋かぼちゃ・ほしひじき・こまつな はくさい・えのきたけ・にんじん・カットわかめ 日本なし
25	土	ねぎ塩チャーハン さつまいものコーン 高野豆腐とえのきのすまし汁 りんご	野菜バー 牛乳 クッキー 鉄カルウエハース 牛乳	普通牛乳・豚ひき肉・高野豆腐	ミニ野菜スティック・米・マカロニ・スパゲッティ 三温糖・ごま油・クッキー 鉄カルウエハース	こねぎ・にんじん・スイートコーン信詰 カットわかめ・えのきたけ・りんご
27	月	豚のしょうがやき ブロッコリーのコーン 大豆と根菜の煮物 さつまいもの味噌汁 ごはん 梨	どうぶつビスケット 牛乳 りんごカップケーキ 牛乳	普通牛乳・豚ロース 大豆ドライパック缶・米みそ・鶏卵	たべっこどうぶつ・三温糖・マヨネーズ さつまいも・米・ホットケーキミックス 上白糖・無塩バター	たまねぎ・しょうが・ブロッコリー・きゅうり スイートコーン信詰・ごぼう・乾しいたけ にんじん・こねぎ・日本なし・りんご
28	火	焼きうどん ジャーマンポテト 大根と厚揚げの味噌汁 バナナ	ミレービスケット 牛乳 チーズおにぎり 牛乳	普通牛乳・豚もも肉・焼き竹輪 かつお削り節・ウインナー・厚揚げ 米みそ・かつお節・プロセスチーズ	ミレービスケット・うどん・調合油 じゃがいも・オリーブ油・米	キャベツ・にんじん・こねぎ・青のり粉 たまねぎ・大根・えのきたけ・カットわかめ バナナ
29	水	鮭のレモン焼き じゃがいもの煮物 ひじきとパプリカの炒め煮 かぼちゃと厚揚げの味噌汁 ごはん りんご	どうぶつビスケット 牛乳 きなこのおはぎ 牛乳	普通牛乳・さけ・ベーコン・厚揚げ 米みそ・きな粉	たべっこどうぶつ・じゃがいも・三温糖 調合油・米・米・上白糖	レモン・えだまめ・ほしひじき・パプリカ パプリカ・たまねぎ・西洋かぼちゃ カットわかめ・りんご
30	木	根菜の煮物 キャベツのかりかりサラダ さつまいものこふきいも なすの味噌汁 ごはん 梨	ミレービスケット 牛乳 ピザトースト 牛乳	普通牛乳・豚もも・厚揚げ・米みそ しらす下し・プロセスチーズ	ミレービスケット・さといも・三温糖 さつまいも・米・食パン	ごぼう・にんじん・キャベツ・きゅうり・なす たまねぎ・まいたけ・日本なし・青ピーマン スイートコーン信詰

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

エネルギー	たんぱく質	脂 質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
452 kcal	16.3 g	14.8 g	278 mg	2.1 mg	153 μg	0.20 mg	0.35 mg	21 mg



9月 給食献立表

令和3年

3歳以上児

日	曜	昼 食	お や つ	赤: 血や肉になる	黄: 熱や力となる	緑: 調子をととのえる
1	水	具次山卵焼き さつまいもの黒ごま煮 ほうれん草ともやしの和え物 木綿豆腐のすまし汁 ごはん パナナ	スコーン 牛乳	鶏卵・鶏ひき肉・木綿豆腐・普通牛乳	三温糖・さつまいも・ごま・米 無塩バター・薄力粉・グラニュー糖	たまねぎ・にんじん・乾しいたけ・青のり粉 ほうれん草・はくさい・りよくともやし えのきたけ・カットわかめ・バナナ
2	木	焼きうどん ジャーマンポテト 大根と厚揚げの味噌汁 りんご	きなこのおはぎ 牛乳	豚もも肉・焼き竹輪・かつお削り節 ウィンナー・厚揚げ・米みそ・きな粉 普通牛乳	うどん・調合油・じゃがいも・オリーブ油 米・米・上白糖	キャベツ・にんじん・こねぎ・青のり粉 たまねぎ・大根・えのきたけ・カットわかめ りんご
3	金	あじの塩焼き 牛肉とほうれん草のクリーム煮 かぼちゃの煮つこがし 大根とキャベツのすまし汁 ごはん 梨	ミルクパン 牛乳	まあじ・牛もも・普通牛乳	調合油・薄力粉・三温糖・米 ミルクパンニ	ほうれん草・たまねぎ・エリンギ 西洋かぼちゃ・大根・キャベツ・にんじん カットわかめ・日本なし
4	土	ケチャップライス さつまいもサラスパ かぼちゃと青ネギのすまし汁 りんご	クッキー 鉄カルウエハース 牛乳	豚ひき肉・普通牛乳	米・マカロニ・スパゲッティ・三温糖・ごま油 クッキー・鉄カルウエハース	たまねぎ・にんじん・スイートコーン缶詰 カットわかめ・西洋かぼちゃ・ぶなしめじ こねぎ・りんご
6	月	鶏のてりやき キャベツのおひたし チーズこふさいも きのこの味噌汁 ごはん バナナ	カップヨーグルト 牛乳	鶏もも・パルメザンチーズ・米みそ ヨーグルト・普通牛乳	片栗粉・三温糖・じゃがいも・米	キャベツ・きゅうり・りよくともやし ぶなしめじ・えのきたけ・まいたけ・にんじん たまねぎ・バナナ
7	火	さばの人参みそ煮 かぼちゃとひじきの煮物 小松菜のえのき浸し 豆腐のすまし汁 ごはん 梨	おからマフィン 牛乳	まさば・米みそ・絹ごし豆腐・油揚げ おから・鶏卵・普通牛乳	三温糖・米・マーガリン・グラニュー糖 薄力粉	にんじん・西洋かぼちゃ・ほしひじき こまつな・はくさい・えのきたけ・たまねぎ カットわかめ・日本なし
8	水	枝豆ハンバーグ さつまいもの甘藷煮 ほうれん草のナムル 厚揚げと大根の味噌汁 ごはん りんご	ワカメのおやき 牛乳	豚ひき肉・牛ひき肉・木綿豆腐 大豆ドライパック缶・鶏卵・普通牛乳 厚揚げ・米みそ・しらす干し	パン粉・さつまいも・三温糖・ごま油 ごま・米	たまねぎ・えだまめ・ほうれん草 りよくともやし・にんじん・大根・ぶなしめじ カットわかめ・りんご
9	木	鮭のチーズカレームニエル マカロニソー ブロッコリーのおひたし かぼちゃの豆乳スープ ごはん 梨	スイートポテト 牛乳	さけ・パルメザンチーズ・ベーコン 米みそ・豆乳・クリーム・普通牛乳	薄力粉・有塩バター・マカロニ・スパゲッティ オリーブ油・三温糖・米・さつまいも 上白糖・無塩バター	青ピーマン・トマト缶詰・ブロッコリー 西洋かぼちゃ・たまねぎ・にんじん・はくさい 日本なし
10	金	スパニッシュオムレツ コールスローサラダ 高野豆腐のそぼろあんかけ もやしのとろみスープ ごはん パナナ	オレンジカルピスセリ 牛乳	鶏卵・ベーコン・大豆ドライパック缶 プロセスチーズ・普通牛乳・高野豆腐 鶏ひき肉・カルピス	じゃがいも・三温糖・上白糖・片栗粉 米	にんじん・キャベツ・パプリカ・きゅうり りよくともやし・にら・ぶなしめじ・たまねぎ 刻み昆布・バナナ・粉寒天・みかん缶詰
11	土	ツナピラフ ほうれん草とにんじんのおひたし 高野豆腐としめじのすまし汁 りんご	クッキー 鉄カルウエハース 牛乳	ツナ缶・高野豆腐・普通牛乳	米・三温糖・クッキー 鉄カルウエハース	たまねぎ・スイートコーン缶詰・にんじん 青ピーマン・ほうれん草・ぶなしめじ カットわかめ・りんご
13	月	鶏のマーマレードやき ブロッコリーのサラダ 五目大豆 さつまいもの味噌汁 ごはん バナナ	りんごカップケーキ 牛乳	鶏もも・大豆ドライパック缶・米みそ 普通牛乳・鶏卵	マーマレード・マヨネーズ・三温糖 さつまいも・米・ホットケーキミックス 上白糖・無塩バター	ブロッコリー・きゅうり・スイートコーン缶詰・ごぼう 乾しいたけ・にんじん・たまねぎ・こねぎ バナナ・りんご
14	火	鮭とレモンのヨーグルト焼き じゃがいもの煮物 ひじきとパプリカの炒め煮 かぼちゃと厚揚げの味噌汁 ごはん りんご	手間なしだんご 牛乳	さけ・ヨーグルト・ベーコン・厚揚げ 米みそ・普通牛乳	じゃがいも・三温糖・調合油・米 上新粉・上白糖・片栗粉	レモン・えだまめ・ほしひじき・パプリカ パプリカ・たまねぎ・西洋かぼちゃ カットわかめ・りんご
15	水	千草焼き 豚バラ大根 ほうれん草のおひたし 木綿豆腐のすまし汁 ごはん パナナ	スコーン 牛乳	鶏卵・鶏ひき肉・豚ばら・木綿豆腐 蒸しかまぼこ・普通牛乳	三温糖・ごま・米・無塩バター・薄力粉 グラニュー糖	たまねぎ・にんじん・乾しいたけ・青のり粉 大根・ほうれん草・はくさい・りよくともやし えのきたけ・バナナ
16	木	きのこの炊き込みごはん 白身魚の天ぷら ほうれん草の香りしめじ かきたま汁 梨	デコレーションケーキ 牛乳	ひらめ・さくらえび・鶏卵・絹ごし豆腐 普通牛乳	米・つぶら粉・調合油・三温糖 ホールケーキ	ぶなしめじ・えのきたけ・生しいたけ エリンギ・カット昆布・ほうれん草・にんじん たまねぎ・糸みつば・カットわかめ・日本なし
17	金	根菜の煮物 キャベツのカリカリサラダ さつまいものこふさいも なすの味噌汁 ごはん バナナ	ピザトースト 牛乳	豚もも・厚揚げ・米みそ・しらす干し プロセスチーズ・普通牛乳	さといも・三温糖・さつまいも・米 食パン	ごぼう・にんじん・キャベツ・きゅうり・なす たまねぎ・まいたけ・バナナ・青ピーマン スイートコーン缶詰
18	土	枝豆チャーハン じゃがいものゆかりあえ 高野豆腐としめじのすまし汁 りんご	クッキー 鉄カルウエハース 牛乳	豚ひき肉・高野豆腐・普通牛乳	米・じゃがいも・クッキー 鉄カルウエハース	えだまめ・にんじん・たまねぎ・ぶなしめじ カットわかめ・りんご
21	火	鮭のごまみそやき キャベツのおひたし さつまいものレモン煮 まいたけの味噌汁 ごはん バナナ	カルピス寒天 牛乳	さけ・米みそ・カルピス・普通牛乳	三温糖・ごま・さつまいも・上白糖・米	キャベツ・きゅうり・りよくともやし・レモン ぶなしめじ・えのきたけ・まいたけ・にんじん たまねぎ・バナナ・粉寒天
22	水	チキンライス マカロニサラダ ブロッコリーのマリネ オニオンスープ 梨	バウムクーヘン 牛乳	鶏ひき肉・ツナ缶・油揚げ・絹ごし豆腐 普通牛乳	有塩バター・米・マカロニ・マヨネーズ 三温糖・オリーブ油 厚切りしつとバウムクーヘン	たまねぎ・にんじん・スイートコーン缶詰・きゅうり ブロッコリー・レモン・カットわかめ・パセリ 日本なし
24	金	さばのつけやき かぼちゃの煮物 小松菜の和え物 豆腐のかきたま汁 ごはん 梨	きなこ蒸しケーキ 牛乳	まさば・鶏卵・木綿豆腐・きな粉 普通牛乳	三温糖・米・ホットケーキミックス	西洋かぼちゃ・ほしひじき・こまつな はくさい・えのきたけ・にんじん・カットわかめ 日本なし
25	土	ねぎ塩チャーハン さつまいもサラスパ 高野豆腐とえのきのすまし汁 りんご	クッキー 鉄カルウエハース 牛乳	豚ひき肉・高野豆腐・普通牛乳	米・マカロニ・スパゲッティ・三温糖・ごま油 クッキー・鉄カルウエハース	こねぎ・にんじん・スイートコーン缶詰 カットわかめ・えのきたけ・りんご
27	月	豚のしょうがやき ブロッコリーのコーンとえ 大豆と根菜の煮物 さつまいもの味噌汁 ごはん 梨	りんごカップケーキ 牛乳	豚ロース・大豆ドライパック缶・米みそ 普通牛乳・鶏卵	三温糖・マヨネーズ・さつまいも・米 ホットケーキミックス・上白糖 無塩バター	たまねぎ・しょうが・ブロッコリー・きゅうり スイートコーン缶詰・ごぼう・乾しいたけ にんじん・こねぎ・日本なし・りんご
28	火	焼きうどん ジャーマンポテト 大根と厚揚げの味噌汁 バナナ	チーズおにぎり 牛乳	豚もも肉・焼き竹輪・かつお削り節 ウィンナー・厚揚げ・米みそ・かつお節 プロセスチーズ・普通牛乳	うどん・調合油・じゃがいも・オリーブ油 米	キャベツ・にんじん・こねぎ・青のり粉 たまねぎ・大根・えのきたけ・カットわかめ バナナ
29	水	鮭のレモン焼き じゃがいもの煮物 ひじきとパプリカの炒め煮 かぼちゃと厚揚げの味噌汁 ごはん りんご	きなこのおはぎ 牛乳	さけ・ベーコン・厚揚げ・米みそ きな粉・普通牛乳	じゃがいも・三温糖・調合油・米・米 上白糖	レモン・えだまめ・ほしひじき・パプリカ パプリカ・たまねぎ・西洋かぼちゃ カットわかめ・りんご
30	木	根菜の煮物 キャベツのカリカリサラダ さつまいものこふさいも なすの味噌汁 ごはん 梨	ピザトースト 牛乳	豚もも・厚揚げ・米みそ・しらす干し プロセスチーズ・普通牛乳	さといも・三温糖・さつまいも・米 食パン	ごぼう・にんじん・キャベツ・きゅうり・なす たまねぎ・まいたけ・日本なし・青ピーマン スイートコーン缶詰

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

エネルギー	たんぱく質	脂 質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
509 kcal	19.1 g	15.6 g	316 mg	2.8 mg	182 μg	0.25 mg	0.39 mg	25 mg