


献立明細表

久々野学校給食センター

05月01日(金)	1人分使用量(g)		注定量	05月07日(木)	1人分使用量(g)		注定量	05月08日(金)	1人分使用量(g)		注定量	05月11日(月)	1人分使用量(g)		注定量	05月12日(火)	1人分使用量(g)		注定量
	小学	中学	合計		小学	中学	合計		小学	中学	合計		小学	中学	合計		小学	中学	合計
<b>【牛乳】</b> 普通牛乳	206	206	253 本	<b>【牛乳】</b> 普通牛乳	206	206	253 本	<b>【牛乳】</b> 普通牛乳	206	206	253 本	<b>【牛乳】</b> 普通牛乳	206	206	255 本	<b>【牛乳】</b> 普通牛乳	206	206	255 本
<b>【たけのこごはん】</b> 学校用精白米 たけのこ 水煮 にんじん 干しいたけ 油揚げ 若とりむね 皮つき こま切れ しょうゆ うすくち 和風だし 三温糖 料理酒 米油紙	70 18 10 0.5 5 17 4 0.5 0.3 2 1	95 24 12 0.6 6 23 5.2 0.65 0.5 2.4 1.2	21 kg 5.2 kg 2.8 kg 0.2 kg 1.4 kg 5 kg 0.64 本 0.1 kg 0.1 kg 0.31 本 0.2 本	<b>【ソフト麺】</b> ソフトスパゲッティ 140g ソフトスパゲッティ 160g ソフトスパゲッティ 180g ソフトスパゲッティ 230g <b>【カレーソース】</b> ふた ひき肉 おろしにんにく にんじん たまねぎ キャベツ 水煮大豆 ひきわり グリーンピース(冷凍) コンソメ ケチャップ ウスターソース しょうゆ こいくち 三温糖 こしょう 白 料理酒 とろけるカレーフレーク カレー 粉 4 米油紙 でん粉 <b>【ブロックリーソテー】</b> カットブロックリー 赤ピーマン スライスウィンナー ホールコーン冷凍 米油紙 食塩 こしょう 白 コンソメ <b>【フルーツゼリー-あえ】</b> ダイスゼリー あまおう(Fe・Ca強化) ダイスゼリーマスカット(Fe・Ca強化) みかん レトルト パイナップル レトルト	140 160 180 230 15 0.2 15 50 20 10 5 1 3.5 2 1 0.3 0.03 1 8 0.3 0.3 1 35 4 5 8 0.35 0.09 0.03 0.09 18 18 20 20	42 個 45 個 62 個 104 個 4.1 kg 0.06 kg 4.3 kg 14.7 kg 6 kg 2.76 kg 1 kg 0.29 kg 0.97 kg 0.31 本 0.15 本 0.1 kg 0.15 本 3 kg 0.2 缶 0.1 本 10.1 kg 1.4 kg 1.43 kg 2 kg 0.1 本 0.02 kg 0.11 kg 0.02 kg 5.15 kg 5.15 kg 6 kg 6 kg	<b>【ツナチャーハン】</b> 学校用精白米 ツナ 油漬 たまねぎ にんじん ピーマン むきえだ豆(冷凍) しょうゆ うすくち 食塩 こしょう 白 中華だし 米油紙 <b>【蒸しシュウマイ】</b> 安心素材5種の野菜入り肉焼売 <b>【中華スープ】</b> 豆腐・木綿 もやし にんじん ねぎ 根深ねぎ たけのこ 水煮 しょうゆ うすくち 料理酒 中華だし 食塩 こしょう 白	70 10 20 10 3 5 1.8 0.2 0.02 1 2 20 15 10 5 10 2.2 1 1.2 0.1 0.02	95 15 24 14 3.6 6.5 2.4 0.26 0.04 1.4 2.8 26 19.5 13 6.5 13 2.8 1.3 1.5 0.13 0.03	21 kg 3 kg 5.9 kg 3.1 kg 1 kg 1 kg 0.29 本 0.06 kg 7.76 g 0.3 kg 0.5 本 610 個 12 丁 4.3 kg 3 kg 1.8 kg 2.9 kg 0.34 本 0.16 本 0.33 kg 0.03 kg 5.68 g	<b>【麦ごはん】</b> 麦飯 66g 麦飯 77g 麦飯 88g 麦飯 110g <b>【鶏肉レモン煮】</b> 若とりむね肉 皮付き 50g 若とりむね肉 皮付き 70g 料理酒 でん粉 米油(てんぷら用) 三温糖 しょうゆ うすくち レモン 生果・果汁 水 <b>【磯香あえ】</b> ほうれんそう もやし きざみのり しょうゆ うすくち <b>【さつま汁】</b> さつまいも だいこん にんじん はくさい ささがきごぼう(水煮) ねぎ 根深ねぎ 若とりむね 皮つき こま切れ 煮干し(だし) みみそ(あいだ)	66 77 88 110 50 70 1.1 5 1 3 2 3	42 人 45 人 63 人 105 人 150 枚 105 枚 0.17 本 1.3 kg 286.5 缶 0.8 kg 0.44 本 0.5 本 0.8 kg 25 32 0.5 1.6 23 18 8 10 12 5 15 2 7	276 7.17 kg 9.3 kg 150.6 g 0.25 本 7 kg 56 kg 2.3 kg 3.1 kg 3.7 kg 1.8 kg 4.2 kg 0.6 kg 2.01 kg	<b>【きなこ揚げパン】</b> 揚げ用コッペパン 45g 揚げ用コッペパン 55g 揚げ用コッペパン 65g 揚げ用コッペパン 75g きな粉 食塩 三温糖 米油(てんぷら用) <b>【花野菜サラダ】</b> カットブロックリー カットカリフラワー ホールコーン冷凍 ツナ 油漬 米油紙 食酢 食塩 こしょう 白 三温糖 しょうゆ うすくち <b>【ミネストローネ】</b> シエルマカロニ ペーコン にんじん たまねぎ セロリー じゃがいも トマトスープベース トマトピューレ 大豆水煮 乾燥パセリ コンソメ 食塩 こしょう 白 ケチャップ しょうゆ こいくち 三温糖	45 55 65 75 5 0.07 3.5 3 20 20 5 5 0.9 1.9 0.05 0.02 1 1 5 6 10 20 3 18 34 5 8 0.03 1.3 0.1 0.02 2.2 0.3 0.4 0.1	26 26 6.5 7 1.1 2.47 0.07 0.03 1.3 0.16 6 8 12 26 4 25 43 7 12 8 1.6 0.13 0.03 2.8 0.4 0.4 0.1	5.8 kg 6 kg 1 kg 2 kg 0.2 本 0.3 本 0.02 kg 5.73 g 0.3 kg 0.16 本 1.39 kg 1.8 kg 2.9 kg 6.2 kg 1.4 kg 6 kg 4 L 2 kg 2.5 kg 8 g 0.36 kg 0.03 kg 6.15 g 0.62 kg 0.05 本 0.1 kg	
<b>【かつおフライ】</b> かつおフライ 40g かつおフライ 60g 米油(てんぷら用)	40 60 2	149 個 104 個 610 缶	<b>【切干大根のごまよごし】</b> 切干し大根 ホールコーン冷凍 ほうれんそう 白すりごま 白いりごま しょうゆ うすくち 三温糖	4 8 24 0.55 0.35 1.8 0.35	5.2 10.4 31 0.65 0.45 2.3 0.5	1.1 kg 2 kg 6.94 kg 0.2 kg 0.1 kg 0.28 本 0.1 kg	<b>【昆布汁】</b> こんぶ 角切り とり肉 むね皮なし こま切れ だいこん にんじん しいたけ 生 板こんにゃく ねぎ 根深ねぎ 料理酒 しょうゆ うすくち しょうゆ こいくち みりん けずり節(だし)	0.9 18 18 7 6 7 6 0.9 2.3 2 1.2 2.8	1.08 21.6 21.6 8.4 7.2 8.4 7.2 1.08 3 2.6 1.44 3.6	0.2 kg 5 kg 5.5 kg 2 kg 1.65 kg 1.9 kg 2.1 kg 0.14 本 0.37 本 0.32 本 0.2 本 1 kg	<b>【かしわもち】</b> かしわもち 40g	40 40	253 個						

高山市ホームページにPDFデータを掲載しています  
 左のQRコードを読み取るか  
 高山市HPで「学校給食 献立表」と検索して下さい。



献立明細表

久々野学校給食センター

05月13日(水)	1人分使用量(g)		注定量	05月14日(木)	1人分使用量(g)		注定量	05月15日(金)	1人分使用量(g)		注定量	05月18日(月)	1人分使用量(g)		注定量	05月19日(火)	1人分使用量(g)		注定量
	小学	中学			小学	中学			小学	中学			小学	中学			小学	中学	
<b>【牛乳】</b> 普通牛乳	206	206	257 本	<b>【牛乳】</b> 普通牛乳	206	206	250 本	<b>【牛乳】</b> 普通牛乳	206	206	254 本	<b>【牛乳】</b> 普通牛乳	206	206	256 本	<b>【牛乳】</b> 普通牛乳	206	206	256 本
<b>【麦ごはん】</b> 麦飯 66g 麦飯 77g 麦飯 88g 麦飯 110g	66 77 88 110		42 人 45 人 66 人 104 人	<b>【1食うどん】</b> 一食うどん60 60g 一食うどん70 70g 一食うどん80 80g 一食うどん100 100g	60 70 80 100		42 個 45 個 61 個 102 個	<b>【麦ごはん】</b> 麦飯 66g 麦飯 77g 麦飯 88g 麦飯 110g	66 77 88 110		42 人 45 人 63 人 104 人	<b>【麦ごはん】</b> 麦飯 66g 麦飯 77g 麦飯 88g 麦飯 110g	66 77 88 110		42 人 45 人 63 人 106 人	<b>【米粉入りコッペパン】</b> 米粉入りコッペパン 45g 米粉入りコッペパン 55g 米粉入りコッペパン 65g 米粉入りコッペパン 75g	45 55 65 75		42 個 45 個 63 個 106 個
<b>【さばのねぎみそ焼き】</b> さば・生 切り身 50g さば・生 切り身 60g おろししょうが こじみそ 三温糖 料理酒 みりん しょうゆ うすくち ねぎ 根深ねぎ	50 60 1 5 3.5 1 1 1 10		153 個 104 個 0.29 kg 1.44 kg 1 kg 0.16 本 0.2 本 0.16 本 3.6 kg	<b>【山菜うどん】</b> 若どりむね 皮つき こま切れ 山菜水煮 国産 にんじん 油揚げ ねぎ 根深ねぎ しょうゆ うすくち しょうゆ こいくち 料理酒 みりん フレーク節F3(だし)	15 10 15 5 5 4.5 3 1 1 2.3	19.5 13 19 6.5 6.5 5.8 4 1.4 1.4 3	4.2 kg 3 kg 4.3 kg 1.4 kg 1.8 kg 0.7 本 0.48 本 0.16 本 0.2 本 0.65 kg	<b>【豚丼の具】</b> ぶた 小間切れ おろししょうが ねぎ 根深ねぎ たまねぎ にんじん 突きこんにゃく 冷凍厚揚げ SH-10R 料理酒 しょうゆ こいくち しょうゆ うすくち 料理酒 みりん 和風だし	30 0.4 7 60 8 16 15 2.8 5 1.5 2.3 1.5 0.5	39 0.52 9.1 78 10.4 21 19.5 3.6 6.5 1.9 3 1.9 0.65	8.6 kg 0.11 kg 2.5 kg 18.3 kg 2.4 kg 4.6 kg 4.31 kg 0.8 kg 0.8 本 0.23 本 0.37 本 0.2 本 0.1 kg	<b>【豚肉とキャベツのみそ炒め】</b> ぶた もも・脂なし・すりかた キャベツ ピーマン にんじん おろしにんにく おろししょうが 米油紙 料理酒 三温糖 しょうゆ こいくち しょうゆ うすくち ごま油	20 30 5 10 0.3 0.3 1.2 2.7 1.2 0.6 2 0.3	26 39 6.5 13 0.39 0.39 1.6 3.5 1.6 0.78 2.6 0.4	5.9 kg 10 kg 1.7 kg 3.1 kg 0.09 kg 0.09 kg 0.3 本 0.44 本 0.4 kg 0.1 本 0.59 kg 0.05 本	<b>【コーンと大豆のメンチカツ】</b> FMメンチカツ(コーンと大豆) 50g FMメンチカツ(コーンと大豆) 60g 米油(てんぷら用)	50 60 2		150 個 106 個 618 缶
<b>【ひじきの煮物】</b> 米ひじき にんじん むきえだ豆(冷凍) ツナ 油漬 突きこんにゃく 料理酒 三温糖 しょうゆ こいくち みりん 和風だし 米油紙	2.2 10 7 5 12 1.2 1 2 0.6 0.45 0.5	2.8 13 10 6.5 16 1.6 1.3 2.5 0.78 0.58 0.65	0.6 kg 3 kg 2 kg 1 kg 3.5 kg 0.2 本 0.3 kg 0.32 本 0.1 本 0.1 kg 0.1 本	<b>【お茶蒸しパン】</b> ホットケーキミックス 抹茶 調理用牛乳 三温糖 マーガリン さいのめチーズ アルミカップ9号	25 0.5 20 1.5 3 5	30 0.65 22 1.8 3.3 6	6.8 kg 140.3 g 5 L 0.4 kg 1.56 個 1 kg 250 個	<b>【金時豆の甘煮】</b> 金時豆・乾 三温糖 しょうゆ うすくち 食塩	17 5.3 1 0.05	22.1 6.89 1.3 0.07	4.9 kg 1.5 kg 0.16 本 0.02 kg	<b>【かわりひだし】</b> ほうれんそう もやし にんじん ツナ 油漬 しょうゆ うすくち	30 25 3 5 1.8	39 30 3.9 6.5 2.3	8.7 kg 7.1 kg 0.9 kg 1 kg 0.29 本	<b>【レモンあえ】</b> きゅうり にんじん キャベツ ホールコーン冷凍 しょうゆ うすくち レモン 生果・果汁 食酢 米油紙 こしょう 白 食塩	10 6 25 5 1.1 1.2 0.7 1 0.02 0.09	14 9 32 7 1.4 1.6 1 1.2 0.03 0.12	3.1 kg 1.9 kg 8 kg 2 kg 0.18 本 0.4 本 0.12 本 0.2 本 6.18 g 0.03 kg
<b>【かきたま汁】</b> 冷凍液卵 豆腐・木綿 えのきたけ 干しいたけ こまつな けずり節(だし) しょうゆ うすくち しょうゆ こいくち 料理酒 でん粉	15 30 10 0.8 13 2.8 2.3 2 1 1	18 36 12 1 20 3.6 2.9 2.6 1.4 1.2	4 kg 18 丁 3.3 kg 0.3 kg 4.9 kg 1 kg 0.36 本 0.32 本 0.17 本 0.3 kg	<b>【こんにゃくの五色あえ】</b> 糸こんにゃく 切干し大根 三温糖 しょうゆ うすくち ホールコーン冷凍 ほうれんそう にんじん 花かつお しょうゆ うすくち	8 1 1 1.2 10 20 5 0.5 1	9.6 1.3 1.3 1.4 13 26 6 0.8 1.2	2.2 kg 0.3 kg 0.3 kg 0.18 本 3 kg 5.65 kg 1.4 kg 162.65 g 0.15 本	<b>【ほうれん草のからしあえ】</b> ほうれんそう もやし にんじん 辛子 粉 しょうゆ うすくち 花かつお	25 25 5 0.1 1.2 0.5	32.5 32.5 6.5 0.13 1.56 0.7	7.18 kg 7.3 kg 1.5 kg 28.94 g 0.19 本 149.9 g	<b>【鶏団子汁】</b> 鶏団子 豆腐・木綿 干しいたけ だいこん カットわかめ 国産 ねぎ 根深ねぎ けずり節(だし) しょうゆ こいくち しょうゆ うすくち	20 20 0.55 15 0.2 5 2.8 2 2	30 26 0.71 19.5 0.26 0.71 3.6 2.6 2.6	6.22 kg 13 丁 0.2 kg 4.8 kg 0.1 kg 1.8 kg 1 kg 0.32 本 0.32 本	<b>【果汁グミ】</b> 果汁グミ(青りんご)	12	12	256 個
																<b>【パンブキンポターージュ】</b> ベーコン 米油紙 たまねぎ かぼちゃ・ペースト(冷凍) 食塩 こしょう 白 調理用牛乳 コンソメ 乾燥パセリ 米粉	5 0.5 30 35 0.2 0.03 30 1.2 0.03 2	6.5 0.65 39 45.5 0.26 0.04 38 1.6 0.03 2.6	1.4 kg 0.1 本 9.3 kg 10 kg 0.06 kg 8.74 g 9 L 0.35 kg 8 g 0.58 kg

献立明細表

久々野学校給食センター

05月20日(水)	1人分使用量(g)		注定量	05月22日(金)	1人分使用量(g)		注定量	05月25日(月)	1人分使用量(g)		注定量	05月26日(火)	1人分使用量(g)		注定量	05月27日(水)	1人分使用量(g)		注定量																
	小学	中学	合計		小学	中学	合計		小学	中学	合計		小学	中学	合計		小学	中学	合計																
<b>【牛乳】</b> 普通牛乳	206	206	257 本	<b>【牛乳】</b> 普通牛乳	206	206	254 本	<b>【牛乳】</b> 普通牛乳	206	206	255 本	<b>【牛乳】</b> 普通牛乳	206	206	257 本	<b>【牛乳】</b> 普通牛乳	206	206	257 本																
<b>【麦ごはん】</b> 麦飯 66g 麦飯 77g 麦飯 88g 麦飯 110g	66 77 88		42 人 45 人 65 人 105 人	<b>【麦ごはん】</b> 麦飯 66g 麦飯 77g 麦飯 88g 麦飯 110g	66 77 88		42 人 45 人 62 人 105 人	<b>【麦ごはん】</b> 麦飯 66g 麦飯 77g 麦飯 88g 麦飯 110g	66 77 88		42 人 45 人 63 人 105 人	<b>【お茶パン】</b> お茶パン 45g お茶パン 55g お茶パン 65g お茶パン 75g	45 55 65		42 個 45 個 63 個 107 個	<b>【モチ玄米ごはん】</b> 学校用精白米 ぶちっとモチ玄米 米油紙	73 7 1	103 10 1.2	23 kg 2 kg 0.2 本																
<b>【厚揚げのみぞれ焼き】</b> 生揚げ こまつな たまねぎ ホールコーン冷凍 ツナ 油漬 だいこん しょうゆ うすくち 三温糖 でん粉 シュレッドチーズ アルミカップ20号深口	55 10 8 5 8 15 4 3 0.5 7 1	75 13 11 6.5 11 20 5.2 3.6 0.65 10 1	16 kg 3.4 kg 2.5 kg 1 kg 2 kg 4.9 kg 0.64 本 0.8 kg 0.1 kg 2 kg 257 個	<b>【揚げぎょうざ】</b> 国産豚肉のぎょうざ 17g 米油(てんぷら用)	34 2	51 3	613 個 675 缶	<b>【ポークカレー】</b> ぶた 小間切れ 米油紙 おろしにんにく じゃがいも たまねぎ にんじん ウスターソース ケチャップ こしょう 白 カレー 粉 4 コンソメ とろけるカレーフレーク グリーンピース(冷凍) 大豆 水煮A-1st	18 0.5 0.2 50 55 10 2 2.5 0.03 0.3 1.3 8 3 6	23 0.65 0.26 65 71 13 2.6 3.25 0.03 0.39 1.6 10.4 3.9 7.8	5.1 kg 0.1 本 16 kg 16 kg 16.8 kg 3 kg 0.32 本 0.72 kg 7.23 g 0.2 缶 0.36 kg 3 kg 1 kg 2 kg	<b>【クリームゴールド】</b> クリームゴールド	8	8	257 個	<b>【鶏肉とポテトのケチャップあえ】</b> 岩とりむね 皮つき 1.5cm角 料理酒 おろししょうが でん粉 シューストリングポテト(冷凍) 米油(てんぷら用) ケチャップ 三温糖 ウスターソース 赤ワイン	30 0.5 0.15 5 35 2 5 0.7 1 0.8	39 0.65 0.19 6.5 45.5 2.6 6.5 0.9 1.3 1	8.7 kg 0.08 本 0.04 kg 1.5 kg 10 kg 582.4 缶 1.46 kg 0.2 kg 0.16 本 0.1 本	<b>【小松菜サラダ】</b> こまつな きゅうり ホールコーン冷凍 ツナ 油漬 レモン 生果・果汁 食酢 三温糖 しょうゆ うすくち こしょう 白	25 12 6 5 0.2 0.5 0.6 1 0.02	30 14.4 7.2 6.5 0.24 0.6 0.72 1.2 0.02	8.3 kg 3.4 kg 2 kg 1 kg 0.1 本 0.08 本 0.2 kg 0.16 本 5.14 g	<b>【あじのしょうが焼き】</b> あじ切り身 50g あじ切り身 60g おろししょうが しょうゆ こいくち 料理酒 三温糖	50 1.5 3 1.5 1	60 2 4 2 1.5	152 個 105 個 0.44 kg 0.49 本 0.24 本 0.3 kg	<b>【切干大根の煮物】</b> 切干し大根 にんじん 干しいたけ 油揚げ 三温糖 しょうゆ うすくち 料理酒 和風だし むきえだ豆(冷凍)	7 5 0.5 5 0.9 2.2 1 0.5	8.4 6 0.6 6 1.08 2.64 1.2 0.6	2 kg 1.4 kg 0.2 kg 1.4 kg 0.3 kg 0.34 本 0.16 本 0.1 kg 1 kg	<b>【白みそしる】</b> 豆腐・木綿 えのきたけ じゃがいも カットわかめ 国産 たまねぎ 煮干し(だし) 白みそ	20 10 20 0.45 10 2.8 6.8	24 13 24 0.6 12 3.6 8.8	12 丁 3.4 kg 6 kg 0.1 kg 3 kg 0.9 kg 2 kg
<b>【アロココのおかかあえ】</b> カットブロックリー もやし にんじん しょうゆ うすくち 花かつお	25 20 5 1.9 1	32.5 26 6.5 2.2 1.3	7.3 kg 5 kg 1.5 kg 0.29 本 293.1 g	<b>【マーボー豆腐】</b> 豆腐・木綿 中華だし ぶた ひき肉 大豆たんぱく(ミンチ) おろししょうが おろしにんにく にんじん 干しいたけ だけのご 水煮 ねぎ 根深ねぎ 米油紙 米みそ(赤みそ) 三温糖 トウバンジャン しょうゆ こいくち 料理酒 中華だし ごま油 でん粉	110 0.15 13 4 0.8 0.5 20 0.5 10 8 0.35 5.7 3 0.16 1.8 1.5 1.2 0.2 2.5	132 0.19 16.9 5.2 0.96 0.6 24 0.6 12 9.6 0.42 7.4 3.6 0.19 2.3 1.95 1.5 0.24 3	66 丁 0.04 kg 3.7 kg 1.15 kg 0.22 kg 0.14 kg 5.7 kg 0.2 kg 2.8 kg 2.8 kg 0.1 本 1.63 kg 0.8 kg 44.19 g 0.28 本 0.24 本 0.34 kg 0.03 本 0.7 kg	<b>【白身魚フリッター】</b> 白身魚フリッター 20g 米油(てんぷら用)	40 2	60 3	615 個 615 缶	<b>【豆サラダ】</b> 大豆水煮 キャベツ きゅうり にんじん ツナ 油漬 しょうゆ うすくち 米油紙 三温糖 食酢 レモン 生果・果汁 こしょう 白	10 20 8 5 6 1.8 1 1 0.6 0.5 0.02	15 26 12 6 6.5 2.3 1.2 1.4 0.72 0.6 0.6 0.03	3.1 kg 7 kg 2.6 kg 1.5 kg 2 kg 0.28 本 0.2 本 0.3 kg 0.09 本 0.1 本 6.78 g	<b>【キャベツとベーコンのスープ】</b> ベーコン たまねぎ キャベツ にんじん 大豆水煮 コンソメ 食塩 こしょう 白 しょうゆ うすくち	5 15 25 10 10 1 0.07 0.02 0.4	6 19.5 32 13 14 1.3 0.09 0.03 0.5	1.4 kg 4.6 kg 9 kg 3 kg 3 kg 0.29 kg 0.02 kg 6.84 g 0.06 本																
<b>【もずく汁】</b> 豆腐・木綿 もずく えのきたけ たまねぎ ねぎ 根深ねぎ 中華だし 鶏がらスープ しょうゆ こいくち しょうゆ うすくち こしょう 白 白いりごま	25 15 10 20 5 0.7 5 2 1 0.02 0.35	32.5 19.5 13 26 6.5 0.9 6.5 2.6 1.3 0.02 0.45	16 丁 4 kg 3.4 kg 6.2 kg 1.8 kg 0.2 kg 1 kg 0.32 本 0.16 本 4.72 g 0.1 kg																																

