

幼 児 食 献 立 表

2023年09月

枚方市立保育所(一般)

日付	献立名	材料名	おやつ (◎は1.2歳 10時おやつ)	エネルギー たんぱく質 脂質・塩分 ()は1・2歳
01 金	ごはん、鯖の南蛮漬、豆腐のすまし汁、(幼)パイン缶30g	牛乳(0g)、おこめせん にんじん&かぼちゃ味(0袋)、米(50g)、さば(1切)、しょうが(0g)、濃口しょうゆ(1g)、てんぷん(10g)、なたね油(4g)、たまねぎ(12g)、にんじん(5g)、きゅうり(5g)、さとう(1g)、米酢(2g)、濃口しょうゆ(3g)、木綿豆腐(20g)、たまねぎ(15g)、にんじん(5g)、こまつな(4g)、しめじ(6g)、だし昆布(1g)、けずりぶし(2g)、食塩(0g)、淡口しょうゆ(2g)、牛乳(140g)、胚芽スティック(15g)、野菜スナック(7g)、バナナ(30g)。	◎牛乳、◎おこめせん にんじん&かぼちゃ味、牛乳、胚芽スティック、野菜スナック、バナナ	592(530) 20.2(19.5) 22.0(20.8) 0.8(0.7)
02 土	焼きスパゲティ、じゃがいものみそ汁	牛乳(0g)、ねじりん棒(0g)、スパゲティ(50g)、焼豚(15g)、キャベツ(30g)、たまねぎ(20g)、にんじん(10g)、あおねぎ(5g)、なたねサラダ油(2g)、トンカツソース(8g)、ウスターソース(3g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、うすあげ(3g)、じゃがいも(25g)、たまねぎ(15g)、にんじん(5g)、あおねぎ(3g)、けずりぶし(3g)、みそ(8g)、牛乳(150g)、たべっこバイビーおやさい(1袋)、ソフトせんべい塩味(1袋)。	◎牛乳、◎ねじりん棒、牛乳、たべっこバイビーおやさい、ソフトせんべい塩味	512(479) 19.3(16.6) 15.5(15.9) 2.0(1.5)
04 月	ごはん、五目炒め、わかめスープ、(幼)みかん缶30g	牛乳(0g)、ミルクスティック(0g)、米(60g)、豚もも肉(15g)、むきえび(20g)、たまねぎ(20g)、キャベツ(25g)、にんじん(5g)、ピーマン(3g)、なたねサラダ油(2g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、濃口しょうゆ(2g)、とりがらスープ(2g)、てんぷん(2g)、木綿豆腐(20g)、干しわかめ(0g)、たまねぎ(20g)、にんじん(5g)、あおねぎ(3g)、えのきたけ(3g)、とりがらスープ(3g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、淡口しょうゆ(1g)、牛乳(140g)、スイートポリコーン(8g)、クラッカー(7g)、梨(40g)。	◎牛乳、◎ミルクスティック、牛乳、スイートポリコーン、全粒粉クラッカー、梨	508(438) 20.9(18.3) 13.2(13.7) 1.0(0.8)
05 火	ごはん、ホッケの塩焼き、冬瓜のそぼろ煮、なすのみそ汁、(幼)型抜きチーズ	牛乳(0g)、紫いもチップ(0g)、米(50g)、ほっけ(1切)、食塩(0g)、とうがん(40g)、豚ミンチ肉(10g)、にんじん(5g)、えだまめ(3g)、てんぷん(1g)、みりん(2g)、淡口しょうゆ(2g)、けずりぶし(1g)、なす(10g)、うすあげ(3g)、たまねぎ(15g)、こまつな(7g)、にんじん(5g)、けずりぶし(2g)、みそ(8g)、牛乳(140g)、小麦粉(25g)、ウスターソース(1g)、さとう(7g)、スキムミルク(3g)、南瓜ペースト(10g)、南瓜(10g)、なたねサラダ油(3g)。	◎牛乳、◎紫芋チップ、牛乳、南瓜蒸しパン	560(505) 25.0(23.4) 15.2(15.2) 1.3(1.1)
06 水	ごはん、お好みあげ、豆腐のすまし汁、焼きのり	牛乳(0g)、ソフトな塩せん 2枚×8袋(0袋)、米(50g)、さくらえび(20g)、キャベツ(30g)、あおねぎ(5g)、たまご(5g)、こま(1g)、小麦粉(10g)、てんぷん(6g)、食塩(0g)、なたね油(5g)、トンカツソース(4g)、木綿豆腐(20g)、にんじん(10g)、たまねぎ(10g)、チンゲンサイ(5g)、干しわかめ(0g)、淡口しょうゆ(2g)、食塩(0g)、だし昆布(1g)、けずりぶし(2g)、焼きのり小袋(1袋)、アシドミルクプラス110(1本)、ミニ野菜スティック(1袋)、元気薄焼きせんべい(2枚×20袋)(1枚)。	◎牛乳、◎ソフトな塩せん、アシドミルクプラス、ミニ野菜スティック、元気薄焼きせんべい	500(486) 15.7(16.0) 10.4(11.5) 1.3(1.1)
07 木	ごはん、鮭のムニエル、南瓜の甘煮、マカロニスープ	牛乳(0g)、とうもろこしでつくったパフスナック塩味(0g)、米(50g)、秋鮭(1切)、食塩(0g)、こしょう(0g)、小麦粉(4g)、無塩バター(2g)、かぼちゃ(30g)、にんじん(5g)、さとう(1g)、食塩(0g)、ツイストマカロニ(3g)、ウイナーソーセージ(0本)、じゃがいも(25g)、たまねぎ(15g)、キャベツ(15g)、にんじん(5g)、スッキーニ(5g)、とりがらスープ(3g)、淡口しょうゆ(2g)、食塩(0g)、牛乳(140g)、ミニ動物ビスケット(1袋)、元気カリポテミニ(1個)。	◎牛乳、◎とうもろこしでつくったパフスナック塩味、牛乳、ミニ動物ビスケット、元気カリポテミニ	549(530) 23.0(22.5) 14.2(15.4) 0.6(0.7)
08 金	ごはん、関東煮、麩のみそ汁、海苔の佃煮	牛乳(0g)、おこめせん にんじん&かぼちゃ味(0袋)、米(50g)、鶏もも肉(25g)、だいこん(30g)、冷凍厚揚げ(12g)、板こんにゃく(10g)、にんじん(10g)、じゃがいも(30g)、ちくわ(5g)、さとう(2g)、濃口しょうゆ(3g)、けずりぶし(1g)、おつゆ麩(1g)、かぼちゃ(20g)、たまねぎ(15g)、にんじん(5g)、あおねぎ(3g)、けずりぶし(3g)、みそ(8g)、焼きのり(2g)、さとう(1g)、濃口しょうゆ(2g)、みりん(1g)、料理酒(1g)、牛乳(140g)、ホットケーキミックス(25g)、さとう(3g)、無塩バター(5g)、無糖ヨーグルト(6g)、りんご(30g)、さとう(4g)、レモン果汁(2g)。	◎牛乳、◎おこめせん にんじん&かぼちゃ味、牛乳、スコーン、りんごジャム	581(504) 20.3(18.0) 14.7(13.7) 2.0(1.6)
09 土	味噌ラーメン、ツナじゃが	牛乳(0g)、ねじりん棒(0g)、干し中華めん(50g)、豚もも肉(30g)、たまねぎ(20g)、キャベツ(10g)、にんじん(6g)、あおねぎ(5g)、とりがらスープ(3g)、みそ(7g)、濃口しょうゆ(1g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、だし昆布(1g)、けずりぶし(2g)、ツナ缶(10g)、じゃがいも(35g)、にんじん(10g)、さとう(2g)、濃口しょうゆ(3g)、なたねサラダ油(1g)、牛乳(150g)、まあるいクラッカーミニ17g×5連(1袋)、ひとくちしょうゆせん(1袋)。	◎牛乳、◎ねじりん棒、牛乳、まあるいクラッカーミニ、ひとくちしょうゆせん	528(502) 39.3(36.3) 16.1(16.9) 2.7(2.2)
11 月	ごはん、卵焼き、切干大根の炒め煮、豆腐の味噌汁、ささみのふりかけ	牛乳(0g)、ミルクスティック(0g)、米(50g)、たまご(40g)、たまねぎ(10g)、スキムミルク(2g)、淡口しょうゆ(0g)、食塩(0g)、なたねサラダ油(1g)、きりぼしだいこん(4g)、にんじん(5g)、うすあげ(3g)、干しいたけ(0g)、なたねサラダ油(1g)、さとう(2g)、濃口しょうゆ(2g)、けずりぶし(0g)、木綿豆腐(20g)、キャベツ(20g)、さつまいも(15g)、たまねぎ(10g)、にんじん(6g)、けずりぶし(3g)、みそ(8g)、ささみフレーク(10g)、しょうが(0g)、さとう(1g)、みりん(1g)、濃口しょうゆ(1g)、料理酒(1g)、牛乳(140g)、おつゆ麩(5g)、無塩バター(4g)、グラニュー糖(4g)、くろごま(1g)、みかん(1個)。	◎牛乳、◎ミルクスティック、牛乳、麩のラスク、冷凍みかん	574(514) 22.6(20.1) 19.7(19.0) 1.7(1.4)

12 火	ごはん、鯖の竜田揚げ、 キャベツの甘酢炒め、豆 腐のすまし汁	牛乳(0g)、／紫いもチップ(0g)、／米(50g)、／さば(1切)、料理酒(1g)、みり ん(1g)、濃口しょうゆ(2g)、でんぷん(5g)、なたね油(5g)、／キャベツ(30g)、 にんじん(5g)、きゅうり(5g)、なたねサラダ油(0g)、米酢(2g)、さとう(1g)、食 塩(0g)、淡口しょうゆ(1g)、／木綿豆腐(20g)、にんじん(10g)、たまねぎ (10g)、チンゲンサイ(5g)、干しわかめ(0g)、淡口しょうゆ(2g)、食塩(0g)、だ し昆布(1g)、けずりぶし(2g)、／牛乳(140g)、／ホットケーキミックス(25g)、スキムミ ルク(3g)、無塩バター(4g)、黒砂糖(5g)、無糖ヨーグルト(8g)、	◎牛乳、◎紫芋 チップ、牛乳、黒糖 ホットケーキ	608(552) 22.0(20.9) 23.5(22.7) 1.0(0.9)
13 水	コッペパン、ポークビー ンズ、クリームスー プ、(幼)パイン缶 30g	牛乳(0g)、／ソフトな塩せん 2枚×8袋(0袋)、／ドッグパン 65g(1個)、 ドッグパン(0個)、／だいす(20g)、豚ミンチ肉(20g)、たまねぎ(30g)、にん じん(10g)、無塩バター(1g)、さとう(1g)、トマトチャップ(6g)、カスター(1g)、食塩 (0g)、こしょう(0g)、／シヨルターベーコン(7g)、じゃがいも(30g)、北海道 クリームコーン(20g)、たまねぎ(30g)、にんじん(5g)、無塩バター(2g)、と りからスープ(3g)、牛乳(20g)、スキムミルク(3g)、生クリーム(2g)、食塩 (0g)、こしょう(0g)、／牛乳(140g)、／さつまいも(60g)、無塩バター (3g)、食塩(1g)、さとう(2g)、	◎牛乳、◎ソフト な塩せん、牛乳、さ つまいもス ティック	578(482) 22.8(19.5) 21.2(18.6) 1.7(1.3)
14 木	ごはん、鯖の照焼き、小松 菜の煮浸し、豆腐のみそ 汁、(幼)ハイ！チーズ	牛乳(0g)、／とうもろこしでつくったパフスナック塩味(0g)、／米(50g)、 ／さわら(1切)、濃口しょうゆ(1g)、料理酒(1g)、なたねサラダ油(1g)、さとう (1g)、濃口しょうゆ(2g)、みりん(1g)、でんぷん(1g)、／うすあげ(3g)、こまつ な(15g)、はくさい(20g)、にんじん(5g)、淡口しょうゆ(2g)、けずりぶし (0g)、／木綿豆腐(20g)、じゃがいも(20g)、たまねぎ(10g)、にんじん(5g)、 あおねぎ(3g)、けずりぶし(2g)、みそ(8g)、／牛乳(140g)、／たべっ子ど うぶつバター味(1袋)、／ミニえびまるせん(1袋)、／元気野菜入りソフトせ ん1g(0枚)、	◎牛乳、◎とうも ろこしでつくっ たパフスナック 塩味、牛乳、たべっ 子動物バター味、 ミニえびまるせ ん(3～5歳)、元気 野菜入りソフト	551(496) 21.9(21.1) 19.8(18.8) 1.7(1.4)
15 金	さつまいもご飯、鶏肉の あかね焼き、ひじき豆、糸 かまぼこのすまし汁	牛乳(0g)、／おこめせん にんじん&かぼちゃ味(0袋)、／米(45g)、さつま いも(20g)、食塩(0g)、料理酒(1g)、／鶏もも肉(1個)、食塩(0g)、なたねサラ ダ油(1g)、トマトチャップ(4g)、カスター(2g)、さとう(1g)、／だいす(10g)、芽ひじ き(2g)、にんじん(5g)、ちくわ(3g)、なたねサラダ油(0g)、さとう(2g)、濃口 しょうゆ(2g)、／糸かまぼこ(10g)、たまねぎ(15g)、にんじん(10g)、チンゲ ンサイ(10g)、しめじ(5g)、だし昆布(1g)、けずりぶし(2g)、淡口しょうゆ (2g)、食塩(0g)、／牛乳(140g)、／エースコイン(10g)、／満月ボン 60g(10g)、／お月見ゼリー(1個)、	◎牛乳、◎おこめ せん にんじん &かぼちゃ味、牛 乳、エースコイン、 満月ボン、お月見 ゼリー	566(513) 21.7(20.6) 16.6(16.5) 1.5(1.2)
16 土	焼きスパゲティ、じゃが いのみそ汁	牛乳(0g)、／ねじりん棒(0g)、／スパゲティ(50g)、焼豚(15g)、キャベツ (30g)、たまねぎ(20g)、にんじん(10g)、あおねぎ(5g)、なたねサラダ油 (2g)、トンカツソース(8g)、カスター(3g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、／うすあ げ(3g)、じゃがいも(25g)、たまねぎ(15g)、にんじん(5g)、あおねぎ(3g)、け ずりぶし(3g)、みそ(8g)、／牛乳(150g)、／たべっ子ベイビーおやさい(1 袋)、／ソフトせんべい塩味(1袋)、	◎牛乳、◎ねじり ん棒、牛乳、たべっ こベイビーおや さい、ソフトせん べい塩味	512(479) 19.3(16.6) 15.5(15.9) 2.0(1.5)

幼 児 食 献 立 表

日付	献立名	材料名	おやつ (◎は1.2歳 10時おやつ)	エネルギー たんぱく質 脂質・塩分 g
19 火	ごはん,ポークカレー,春雨の炒め物	牛乳(0g),/紫いもチップ(0g),/米(60g),/豚もも肉(20g),たまねぎ(40g),にんじん(15g),じゃがいも(40g),にんにく(0g),しょうが(1g),なたねサラダ油(2g),加-ル(3g),コクと旨みのまろやかカレー(7g),トマトチャップ(3g),ウスターソース(1g),食塩(0g),こしょう(0g),/春雨(7g),焼豚(7g),キャベツ(30g),たまねぎ(10g),にんじん(5g),ピーマン(5g),ごま油(1g),さとう(1g),濃口しょうゆ(1g),/牛乳(140g),/胚芽スティック(15g),/野菜スナック(7g),/梨(40g),	◎牛乳,◎紫芋チップ,牛乳,胚芽スティック,野菜スナック,梨	622(552) 17.8(16.0) 17.5(16.6) 1.4(1.2)
20 水	ごはん,鱈のバター醤油焼き,なすのそぼろ煮,南瓜のみそ汁,(幼)焼きのり	牛乳(0g),/ソフトな塩せん 2枚×8袋(0袋),/米(50g),/とろあじ(1切),料理酒(0g),食塩(0g),こしょう(0g),濃口しょうゆ(1g),無塩バター(2g),/豚ミンチ肉(10g),なす(20g),たまねぎ(10g),にんじん(5g),でんぷん(1g),みりん(2g),淡口しょうゆ(2g),けずりぶし(1g),/かぼちゃ(20g),うすあげ(3g),たまねぎ(15g),こまつな(7g),にんじん(5g),けずりぶし(2g),みそ(8g),/牛乳(140g),/秋トキキツ(25g),乾燥おから(2g),豆乳(15g),さとう(3g),なたね油(4g),粉砂糖(1g),	◎牛乳,◎ソフトな塩せん,牛乳,おからドーナツ	582(513) 23.3(21.9) 20.2(19.1) 1.7(1.4)
21 木	ごはん,五目炒め,わかめスープ,(幼)みかん缶 30g	牛乳(0g),/とうもろこしでつくったパフスナック塩味(0g),/米(60g),/豚もも肉(15g),むきえび(20g),たまねぎ(20g),キャベツ(25g),にんじん(5g),ピーマン(3g),なたねサラダ油(2g),食塩(0g),こしょう(0g),濃口しょうゆ(2g),とりからスープ(2g),でんぷん(2g),/木綿豆腐(20g),干しわかめ(0g),たまねぎ(20g),にんじん(5g),あおねぎ(3g),えのきたけ(3g),とりからスープ(3g),食塩(0g),こしょう(0g),淡口しょうゆ(1g),/牛乳(140g),/ミニ動物ビスケット(1袋),/元気カリボテミニ(1個),	◎牛乳,◎とうもろこしでつくったパフスナック塩味,牛乳,ミニ動物ビスケット,元気カリボテミニ	544(489) 21.8(19.3) 14.4(15.1) 1.0(1.0)
22 金	ごはん,ホキのパン粉焼き,南瓜の甘煮,卵とトマトのスープ	牛乳(0g),/おこめせん にんじん&かぼちゃ味(0袋),/米(50g),/ホキ(1切),食塩(0g),こしょう(0g),白ワイン(1g),パン粉(2g),なたねサラダ油(1g),無塩バター(4g),/かぼちゃ(30g),にんじん(5g),さとう(1g),食塩(0g),/たまご(15g),たまねぎ(20g),トマト(15g),にんじん(5g),チンゲンサイ(7g),とりからスープ(3g),けずりぶし(2g),淡口しょうゆ(2g),食塩(0g),/牛乳(140g),/食パン(1枚),りんご(30g),さとう(7g),無塩バター(5g),	◎牛乳,◎おこめせん にんじん&かぼちゃ味,牛乳,りんごのトースト	590(538) 22.0(21.3) 18.0(16.8) 1.2(1.1)
25 月	パーカーパン,ポークビーンズ,クリームスープ,(幼)パイン缶 30g	牛乳(0g),/ミルクスティック(0g),/パーカーパン(1個),パーカーパン(0個),/だいず(20g),豚ミンチ肉(20g),たまねぎ(30g),にんじん(10g),無塩バター(1g),さとう(1g),トマトチャップ(6g),ウスターソース(1g),食塩(0g),こしょう(0g),/シヨルターベーコン(7g),じゃがいも(30g),北海道クリームコーン(20g),たまねぎ(30g),にんじん(5g),無塩バター(2g),とりからスープ(3g),牛乳(20g),スキムミルク(3g),生クリーム(2g),食塩(0g),こしょう(0g),/牛乳(140g),/くり(2個),/スイートポリコーン(8g),/クラッカー(7g),	◎牛乳,◎ミルクスティック,牛乳,茹で栗(3~5歳),スイートポリコーン,全粒粉クラッカー	580(476) 23.8(20.0) 21.0(19.7) 1.2(0.9)
26 火	ごはん,卵焼きの和風あんかけ,長芋のみそ汁,焼きのり	牛乳(0g),/紫いもチップ(0g),/米(50g),/たまご(45g),たまねぎ(15g),スキムミルク(3g),淡口しょうゆ(1g),食塩(0g),なたねサラダ油(1g),にんじん(7g),えだまめ(3g),干しいたけ(0g),さとう(1g),濃口しょうゆ(2g),食塩(0g),でんぷん(1g),けずりぶし(1g),/ながいも(20g),木綿豆腐(20g),たまねぎ(15g),にんじん(5g),こまつな(5g),けずりぶし(3g),みそ(8g),/焼きのり小袋(1袋),/牛乳(140g),/さつまいも(45g),さとう(3g),無塩バター(2g),スキムミルク(3g),グラニュー糖(1g),/みかん(1個),	◎牛乳,◎紫芋チップ,牛乳,スイートポテト,冷凍みかん	560(504) 21.2(18.7) 15.2(14.8) 1.8(1.4)
27 水	ごはん,鮭の照焼き,小松菜の煮浸し,豆腐のみそ汁	牛乳(0g),/ソフトな塩せん 2枚×8袋(0袋),/米(50g),/秋鮭(1切),濃口しょうゆ(1g),料理酒(1g),なたねサラダ油(1g),さとう(1g),濃口しょうゆ(2g),みりん(1g),でんぷん(1g),/うすあげ(3g),こまつな(15g),はくさい(20g),にんじん(5g),淡口しょうゆ(2g),けずりぶし(0g),/木綿豆腐(20g),じゃがいも(20g),たまねぎ(10g),にんじん(5g),あおねぎ(3g),けずりぶし(2g),みそ(8g),/ショアブレイン(1本),/マリー(1袋),/アンパンマンぶくじゃが やさしい塩味(1袋),	◎牛乳,◎ソフトな塩せん,ショア,マリー,アンパンマンぶくじゃが やさしい塩味	525(527) 23.9(24.9) 9.0(11.1) 1.5(1.3)
28 木	ごはん,鶏肉のカレー煮,きのこ野菜のスープ	牛乳(0g),/とうもろこしでつくったパフスナック塩味(0g),/米(50g),/鶏もも皮なし(30g),たまねぎ(30g),じゃがいも(40g),にんじん(12g),さやいんげん(3g),なたねサラダ油(1g),さとう(2g),濃口しょうゆ(4g),純カレー粉(0g),/シヨルターベーコン(10g),しめじ(3g),えのきたけ(3g),キャベツ(15g),たまねぎ(15g),にんじん(5g),とりからスープ(3g),けずりぶし(2g),淡口しょうゆ(2g),食塩(0g),/牛乳(140g),/たべっ子どうぶつバター味(1袋),/ミニえびまるせん(1袋),/元気野菜入りソフトせん 1g(0枚),	◎牛乳,◎とうもろこしでつくったパフスナック塩味,牛乳,たべっ子動物バター味,ミニえびまるせん(3~5歳),元気野菜入りソフト	530(475) 20.2(19.0) 16.4(15.5) 1.4(1.1)
29 金	ごはん,鯖のあかね焼き,切干大根の炒め煮,糸かまぼこのすまし汁,(幼)型抜きチーズ	牛乳(0g),/おこめせん にんじん&かぼちゃ味(0袋),/米(50g),/さわら(1切),食塩(0g),なたねサラダ油(1g),トマトチャップ(4g),ウスターソース(2g),さとう(1g),/きりほしだいこん(4g),にんじん(5g),うすあげ(3g),干しいたけ(0g),なたねサラダ油(1g),さとう(2g),濃口しょうゆ(2g),けずりぶし(0g),/糸かまぼこ(10g),たまねぎ(15g),にんじん(10g),チンゲンサイ(10g),しめじ(5g),だし昆布(1g),けずりぶし(2g),淡口しょうゆ(2g),食塩(0g),/牛乳(140g),/ながいも(50g),でんぷん(5g),なたね油(5g),食塩(0g),純カレー粉(0g),/型抜きチーズ(1個),	◎牛乳,◎おこめせん にんじん&かぼちゃ味,牛乳,フライド長芋,型抜きチーズ	547(500) 23.1(22.4) 21.2(20.5) 1.3(1.1)
30 土	ミートスパゲティ-豆腐のすまし汁	牛乳(0g),/ねじりん棒(0g),/スパゲティ(50g),豚ミンチ肉(30g),たまねぎ(50g),にんじん(7g),なたねサラダ油(1g),トマトピューレ(デルモテ) (20g),トマトチャップ(10g),ウスターソース(2g),さとう(2g),食塩(0g),こしょう(0g),/木綿豆腐(20g),じゃがいも(20g),にんじん(5g),ほうれんそう(5g),だし昆布(1g),けずりぶし(2g),淡口しょうゆ(2g),食塩(0g),/牛乳(150g),/ミニ野菜スティック(1袋),/きらきら星のおせんべい 8g×4袋(1袋),	◎牛乳,◎ねじりん棒,牛乳,ミニ野菜スティック,きらきら星のおせんべい	504(473) 21.5(19.1) 15.6(15.9) 0.4(0.3)