

제 2024 - 63 호



誠實 · 勤勉
和合 · 奉仕
創造 · 開拓

가정통신문

전주한일고등학교

http://hanilgo.hs.kr
전주시 완산구 백제대로 442
교무실 ☎063-274-2162
행정실 ☎063-274-2161

7월 학교급식 식단 안내문

식품안전에 대한 사회적인 관심이 높아감에 따라 학생들에게 제공되는 학교급식 식단에 식재료 원산지뿐 아니라 알레르기 유발식품 표시제를 2012년 9월부터 전국의 모든 학교에서 실시하게 되었습니다.

식품 알레르기란 식품의 특정 단백질에 의한 비정상적인 면역반응 결과 피부(두드러기 등), 소화기(구토, 설사 등), 호흡기(기침, 호흡곤란 등), 순환계(아나필락시스 쇼크)에서 이상 반응이 나타나는 현상입니다.

특정 식품에 알레르기 반응을 보이는 학생들은 의사의 정확한 진단을 받고 알레르기 유발식품 섭취를 피하는 것이 최선의 관리방법입니다.

이에 우리학교에서도 알레르기 유발식품을 학교급식 식단에 안내할 예정이니 참고하셔서 병원진단을 받거나 확실한 증상이 있는 학생들이 해당 식품을 섭취하지 않도록 가정에서 잘 지도해 주시기 바랍니다.

식단에 표시될 13가지 알레르기 유발식품의 종류는 ①난류(가금류),②우유,③메밀,④땅콩,⑤대두,⑥밀,⑦고등어,⑧게,⑨새우,⑩돼지고기,⑪복숭아,⑫토마토,⑬아황산염,⑭호두,⑮닭고기,⑯쇠고기,⑰오징어,⑱조개류(굴,전복,홍합)⑲잣입니다. 이들 식품을 사용하거나 이들 식품의 성분을 함유한 식품 또는 식품 첨가물을 이용한 식품이 사용된 음식명에 해당 알레르기 유발식품이 아래와 같이 번호로 표시됩니다.

해당 식품에 특정 증상을 보이는 학생 또는 기타 표기되지 않은 식품에도 알레르기 증상을 보이는 학생들은 급식 시 각별한 주의를 부탁드립니다.

성장기 학생들이 특정 식품을 계속적으로 섭취하지 않을 경우 영양적 불균형이 발생할 수 있으니 가정에서는 대체 식품이나 음식을 제공하여 주시면 건강에 많은 도움이 될 것으로 사료됩니다.

※ 상기 메뉴는 학교 일정에 따라 변경될 수도 있습니다.

<식단 및 영양량 표시는 뒷면에>

★ 알레르기 정보 ①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산염, ⑭호두, ⑮닭고기, ⑯쇠고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴,전복,홍합 포함)⑲잣 등의 알레르기 유발식품을 표시하였습니다. 해당식품에 특정증상을 보이는 학생 또는 기타 표기되지 않은 식품에도 알레르기 증상을 보이는 학생들은 급식 시 각별한 주의를 부탁드립니다.

★ 우리학교 급식에 사용되는 식재료의 원산지입니다.

(그 외 식재료의 원산지는 학교 홈페이지 급식게시판을 참고)

구분	쇠고기	돼지고기	닭고기	갈치/명태	식육가공	친환경쌀	콩(콩가공품)	고등어,삼치,바지락,오징어,미꾸라지,,조기	낙지,바지락살,꽃게/꾸꾸미,
원산지	국내산 한우	국내산	국내산	세네갈/ 러시아	국내산	국내산	국산(수입,외국산)	국내산	중국산/ 베트남산

☞ 베이컨:수입산

★ 영양표시제 및 원산지 정보 안내 : 학교 홈페이지->한일소식->식생활관->급식게시판

★ 식단표는 식재료 수급 상황과 일정에 따라 변경 될 수 있습니다.

2024년 6월 26일

전주한일고등학교장

요일	7월1일(월)	7월2일(화)	7월3일(수)	7월4일(목)	7월5일(금)	7월6일(토)	7월7일(일)
주식	찰흙미밥 누룽지(셀) 얼큰낙지연포탕(18) 청경채나물무침(셀)(5.6) 돈육간장불고기(5.6.10.13) 비비고왕교자만두구이&초간장(셀)(1.5.6.10.13.16.18) 배추김치(셀)(9) 도라에몽슈크림만쥬(1.5.6) 사과(셀)	기장밥 누룽지(셀) 콩나물국(5.9) 부들어묵골소스북음(1.5.6.13.18) 순살닭강자북음(고추장)(5.6.13.15) 배추김치(셀)(9) 배(셀) 시리얼(스페셜)/우유(2.5.6) 도시락김	찰현미밥 누룽지(셀) 아욱된장국(5.6) 시금치나물무침(셀)(5.6) 버섯오리불고기(고추장)(5.6.13) 오징어부추전(1.5.6.13.17) 배추김치(셀)(9) 초간장(셀)(5.6.13) 달콤쁘띠크롱지(1.2.5.6) 링티제로캔(복숭아맛)(2)	서리태밥(5) 누룽지(셀) 어묵무국(1.5.6) 숙주나물무침(셀) 참치김치북음&온두부(5.6.9.13) 고구마함박(1.2.5.6.10.12.15.16) 총각김치(셀)(9) 데리야끼소스(5.6.13) 시리얼(첵스)/우유(2.5.6)	찰보리밥 누룽지(셀) 돼지고기짜글이찌개(5.6.10.13) 가지간장북음(셀)(5.6.13) 수제간소철리새우(5.6.9.12.13.18) 구이한판햄(1.2.5.6.10.15.16) 배추김치(셀)(9) 시리얼(미프)/우유(1.2.5.6) 파인애플		
에너지	에너지/단백질/칼슘/철 936.8/47.8/137.1/4.7	에너지/단백질/칼슘/철 964.8/52.9/448.4/11.1	에너지/단백질/칼슘/철 997.0/33.4/162.3/3.8	에너지/단백질/칼슘/철 1,118.3/40.4/404.5/6.6	에너지/단백질/칼슘/철 1,260.1/60.6/374.2/3.5		
요일	7월1일(월)	7월2일(화)	7월3일(수)	7월4일(목)	7월5일(금)	7월6일(토)	7월7일(일)
주식	찰현미밥 참치김치찌개(5.6.9.13) 등갈비찜(간장)(5.6.10.13) 진미채고추장조림(1.5.6.13.17) 고등어구이(셀)(5.6.7) 깍두기(셀)(9) 고추냉이장(셀)(5.6) 리얼초코프리첵(1.2.6)	차수수밥 복어채미역국(5.6) 한우사태수육(16) 골뱅이쫄면야채무침(5.6.13.17) 배추김치(셀)(9) 겨자간장소스(5.6.13) 골레도르레드카펫치즈케이크(1.2.5.6) 골드키위	카레라이스(2.5.6.10.13.16.18) 다시마우채국(5.6.7.13.18) 고기가들백매콤떡갈비&마요네즈, 데리야끼(1.5.6.10.13.15.16.18) 배추김치(셀)(9) 자두 궁채절임장아찌(셀)(5) 미숫가루(2.5.13)	유부초밥(5) 미니물냉면&쌈무무침&겨자(셀)(1.3.5.6.13.16) 반마리치킨&대파파리고추튀김(5.6.15) 열무김치(셀)(9) 치킨소스(달콤)(5.6.12.13) 케요네즈(셀)(1.5.12) 소금(셀) 양배추샐러드(셀) 치킨무	기장밥 칼슘콩도넛1(1.2.5.6) 얼큰콩나물국(5.9) 한우버섯불고기(5.6.13.16) 간풍만두(비비고)(1.5.6.10.13.16.18) 배추김치(셀)(9) 파인애플 깻잎(셀)&쌈장(셀)(5.6.13)		
에너지	에너지/단백질/칼슘/철 929.4/44.9/118.4/3.1	에너지/단백질/칼슘/철 1,213.1/71.7/257.3/9.0	에너지/단백질/칼슘/철 1,042.3/36.8/248.2/4.4	에너지/단백질/칼슘/철 1,028.3/46.6/258.7/7.7	에너지/단백질/칼슘/철 1,020.9/37.5/143.9/4.2		
요일	7월1일(월)	7월2일(화)	7월3일(수)	7월4일(목)	7월5일(금)	7월6일(토)	7월7일(일)
주식	김가루주먹밥 매콤로제스파게티(일품)(1.2.5.6.9.10.12.13) 닭봉데리야끼구이(5.6.13.15) 배추김치(셀)(9) 블루베리즙(13) 옥수수스프(2.5.6.16) 오이피클(셀)	쌀밥(소) 가쓰오장국(1.2.5.6.7.9.13.18) 수제왕돈까스(110g)(1.2.5.6.10) 치즈스위트콘구이(1.2.5.13) 배추김치(셀)(9) 딸기요거트드레싱(셀)(1.2.5.6) 데미글라스소스(특)(2.5.6.12.13.16.18) 방울토마토(12) 비피더스(베리믹스)(2) 양상추샐러드(셀)	찰흙미밥 얼큰순두부찌개(5.6.9.10.13.18) 매콤돼지갈비찜(5.6.10.13) 참나물무침(셀)(5.6) 사각어묵깻잎전&게첩(1.5.6.12) 배추김치(셀)(9) 요거맛있네딸기(2)	비빔밥&계란후라이(1.5.6.13) 얼갈이된장국(5.6) 오복채고추장무침(셀)(5.6.13) 청양고추불카츠&치폴레소스(1.5.6.10) 배추김치(셀)(9) 약고추장(5.6.10.13) 쁘띠첼과일젤리(포도맛)	찰현미밥 미니파운드케익(1.2.5.6) 우렁된장국(5.6) 중국당면닭북음탕(5.6.13.15) 도통동그랑땡전(1.2.5.6.10.15.16) 삼치옛장구이(셀)(5.6.13) 배추김치(셀)(9) 사과즙(5.13)		
에너지	에너지/단백질/칼슘/철 968.8/48.8/223.0/5.2	에너지/단백질/칼슘/철 1,031.9/46.8/245.7/2.5	에너지/단백질/칼슘/철 959.8/51.9/244.0/3.6	에너지/단백질/칼슘/철 1,063.5/30.9/182.0/4.0	에너지/단백질/칼슘/철 1,035.2/44.2/367.1/6		

요일	7월8일(월)	7월9일(화)	7월10일(수)	7월11일(목)	7월12일(금)	7월13일(토)	7월14일(일)
조식	찰흙미밥 누룽지(셀) 쫄면야채무침 (5.6.13) 왕만두국&김가루 (1.5.6.10.16.18) 크레잇직화구이 두툼너비아니 (1.2.5.6.10.12.15.16) 배추김치(셀)(9) 데리야끼소스 (5.6.13) 배(셀) 허니아몬드	기장밥 누룽지(셀) 한우미역국 (5.6.16) 낙지야채볶음&소 면(5.6.13) 두부구이&양념장 (1.5.6) 배추김치(셀)(9) 시리얼(초코후레 이크)/우유 (2.5.6) 참외	찰현미밥 누룽지(셀) 얼큰건새우무국 (9) 미나리무침 (셀)(5.6) 한우버섯불고기 (5.6.13.16) 팝콘치킨 (1.5.6.15) 배추김치(셀)(9) 케첩(12) 사과(셀) 초코크림샌드위 치쿠키(1.2.5.6)	서리태밥(5) 누룽지(셀) 우렁된장국 (5.6) 얼갈이나물무침 (셀)(5.6) 순살닭고추장볶 음(5.6.13.15) 부추잡채&꽃빵 (5.6.10.13.18) 배추김치 (셀)(9) 시리얼(그레놀 라)/우유 (2.5.6)	찰보리밥 누룽지(셀) 칼슘콩도넛 1(1.2.5.6) 배추들깨국 돈육간장불고기 (5.6.10.13) 미역줄기볶음 (셀)(13) 만두탕수(물만 두) (1.5.6.10.13.1 6.18) 배추김치(셀)(9) 수박		
에너지	에너지/단백질 /칼슘/철 1,094.6/34.7/ 218.3/5.8	에너지/단백질/ 칼슘/철 1,105.2/59.3/5 51.9/7.4	에너지/단백질/ 칼슘/철 913.9/40.6/218. 6/4.7	에너지/단백질/칼 슘/철 1,119.3/62.0/644 .7/7.4	에너지/단백질 /칼슘/철 949.8/42.1/18 9.4/6.3		
요일	7월8일(월)	7월9일(화)	7월10일(수)	7월11일(목)	7월12일(금)	7월13일(토)	7월14일(일)
중식	쌀밥(셀) 김치어묵우동(일 품) (1.5.6.7.9.13. 18) 푼고추된장무침 (셀)(5.6) 수제미니오판튀 김(칠리 맛) (1.2.5.6.13.17) 총각김치(셀)(9) 웃당순수요구르 트(2) 사과(셀)	차수수밥 청국장찌개 (5.6.9) 무생채(셀)(13) 숙주겨자무침 (셀)(13) 돈육고추장불고기 (5.6.10.13) 한우잡채 (5.6.13.16) 블루베리파이 (1.2.5.6) 파인애플	쌀밥(셀) 유부된장국(5.6) 로제떡볶이(분모 자)-일품 (1.2.5.6.10.12. 13.15.16.18) 오징어스틱가스 (1.2.5.6.12.17) 배추김치(셀)(9) 치킨소스(달 콤)(5.6.12.13) 토마토카프레제 (2.12.13) 배(셀)	기장밥 마라부대볶음(당 면) (1.2.5.6.10.12. 13.15.16.18) 어묵무국(1.5.6) 해물파전 (1.5.6.17.18) 배추김치(셀)(9) 초간장 (셀)(5.6.13) 고구마슈빅데니쉬 파이(1.2.5.6) 레몬에이드음료	불닭소스김가루 주먹밥(5.6.13) 수제불고기버거 (1.2.5.6.10.13. 15.16.18) 새우침 (1.2.5.6.9) 별난팝콘치킨&머 스타드소스 (1.2.5.6.15) 배추김치(셀)(9) 시리얼(아몬드)/ 우유(2.5.6)		
에너지	에너지/단백질 /칼슘/철 845.8/53.3/34 5.2/3.7	에너지/단백질/ 칼슘/철 932.8/46.3/175 .6/5.0	에너지/단백질/ 칼슘/철 1,005.6/32.5/28 2.1/2.2	에너지/단백질/칼 슘/철 1,025.3/33.5/116 .8/5.1	에너지/단백질 /칼슘/철 1,250.7/39.9/ 670.8/7.5		
요일	7월8일(월)	7월9일(화)	7월10일(수)	7월11일(목)	7월12일(금)	7월13일(토)	7월14일(일)
석식	크레비아새우볶음 밥 (5.6.9.10.13.18) 팽이버섯된장국 (5.6) 임실치즈썩썩스테 이크볼꼬지 (1.2.5.6.10.15.16) 배추김치(셀)(9) 스위트칠리소스 (5.6.12.13) 꿀애버무린토마토 (셀)(12) 요거트푸딩(2) 샌드웨이퍼(감귤 맛)(1.2.5.6)		찰흙미밥 한우육개장 (5.6.10.13.15.16) 가지간장볶음 (셀)(5.6.13) 야채계란말이 (1.5.13) 고메치즈함박스테 이크 (1.2.5.6.10.15.16) 배추김치(셀)(9) 별미스테이크소스 (5.6.12.13.16) 갈릭파이(1.2.5.6) 멜론	쌀밥(셀) 불고기볶음우동 (고추장-일품)(5.6.10.13) 가쓰오장국(1.2 .5.6.7.9.13.18) 꼬들단무지무침 (셀) 치킨텐더또띠아 (1.2.5.6.12.13 .15) 배추김치(셀)(9) 키위	찰현미밥 얼큰닭고기당면 무국(15) 참나물무침 (셀)(5.6) 파채오리엔탈파 닭소스 (2.5.6.12.13) 붕장어엿장조림 (5.6.13) 연양식바삭불고 기(2.16) 배추김치(셀)(9) 몽키바나나미니 도넛(1.2.5.6) 포도		
에너지	에너지/단백질 /칼슘/철 813.1/35.1/17 9.7/8.6		에너지/단백질 /칼슘/철 928.7/34.4/11 6.3/4.0	에너지/단백질/ 칼슘/철 758.9/29.5/146 .1/2.9	에너지/단백질 /칼슘/철 930.6/42.5/18 2.6/4.0		

요일	7월 15일(월)	7월 16일(화)	7월 17일(수)	7월 18일(목)	7월 19일(금)	7월 20일(토)	7월 21일(일)
주식	찰흑미밥 누룽지(셀) 브라우니 (1.2.5.6) 감자수제비국 (5.6) 한우계란장조림 (1.5.6.13.16) 열무나물무침 (셀)(5.6) 진미채고추장조 림(1.5.6.13.17) 배추김치(셀)(9) 멜론	기장밥 누룽지(셀) 얼갈이된장국 (5.6) 연두부&양념장 (5.6) 돈육고추장불고 기(5.6.10.13) 깨찰김부각 (셀)(5) 배추김치 (셀)(9) 시리얼(프로스 트콘)/우유 (2.5.6)	찰현미밥 누룽지(셀) 북어채계란국(1) 갯잎순나물무침 (셀)(5.6) 부추오리주물럭 (고추장)(5.6.1 3) 어묵잡채(1.5.6 .13) 불고기피자(1.2 .5.6.10.12.13. 15.16) 배추김치(셀)(9) 사과즙(5.13)	서리태밥(5) 누룽지(셀) 얼큰새우탕(5. 6.9.13) 감자간장조림(5.6.13) 닭봉당면찜(간 장)(5.6.13.15) 시금치나물무 침(셀)(5.6) 배추김치(셀)(9) 수박 시리얼(ček스)/ 우유(2.5.6)	찰보리밥 누룽지(셀) 콩파오스파게티(반찬칸-땅콩포함) (1.4.5.6.12.13 .18) 얼큰콩나물국(5. 9) 미나리무침(셀)(5.6) 리얼치즈블럭돈 카츠(1.2.5.6.10) 배추김치(셀)(9) 돈까스소스(5.6. 12.13.18) 시리얼(오레오오 즈)/우유(2.5)		
에너지	에너지/단백질 /칼슘/철 970.2/44.0/12 5.0/4.3	에너지/단백질/ 칼슘/철 982.5/46.7/382 .3/6.9	에너지/단백질/ 칼슘/철 1,021.6/36.9/2 84.5/5.2	에너지/단백질 /칼슘/철 1,009.7/45.6/ 386.5/5.9	에너지/단백질 /칼슘/철 1,044.6/38.7/ 593.7/3.3		
요일	7월 15일(월)	7월 16일(화)	7월 17일(수)	7월 18일(목)	7월 19일(금)	7월 20일(토)	7월 21일(일)
주식	쌀밥(셀) 장각영양닭죽(일품)&소금(셀) (15) 녹두가들어간 만두전(1.5.6. 10.16.18) 배추김치(셀)(9) 초간장(셀)(5. 6.13) 초콜릿칩쿠키(1.2.5.6) 수박 수제양파초절 임(셀)(5.6.13)	차수수밥 등갈비김치찜(국간)(5.6.9.10 .13) 미역줄기볶음(셀)(13) 뱅어포간장조림 (5.6.13) 모듬전&초간장(셀)(1.2.5.6.10 .13.15.16) 총각김치(셀)(9) 코쿤망고푸딩	돈코츠라멘(일 품)&쌀밥(셀)(1 .2.5.6.10.13.1 5.16) 울외장아찌무침 (셀)(13) 닭통살꼬치까스 &스위트칠리소 스(5.6.12.13.1 5) 배추김치(셀)(9) 요거특(초코필 로우&크런치)(2) 키위	기장밥 너비아니미니버 거 (1.2.5.6.10.13. 16.18) 동태찌개 (5.6.13) 브로콜리숙회 (셀)/초장 (셀)(5.6.13) 오리훈제 야채계란말이 (1.5.13) 배추김치(셀)(9) 쌈무 요구르트(2)	쌀밥(셀) 가쓰오장국(1. 2.5.6.7.9.13. 18) 한우후루룩떡 볶이(일품)(1. 5.6.13.16) 우리쌀치즈볼(1.2.5.6.13) 우리쌀홍오징 어(1.5.6.17) 배추김치(셀)(9) 세보야소스(1. 5.16) 파인애플		
에너지	에너지/단백질 /칼슘/철 904.1/40.0/11 3.2/5.1	에너지/단백질/ 칼슘/철 1,038.6/44.0/1 65.6/4.1	에너지/단백질/ 칼슘/철 841.2/47.9/350 .1/1.9	에너지/단백질/ 칼슘/철 983.9/48.1/193. 9/5.1	에너지/단백질 /칼슘/철 889.7/46.8/26 7.8/5.7		
요일	7월 15일(월)	7월 16일(화)	7월 17일(수)	7월 18일(목)	7월 19일(금)	7월 20일(토)	7월 21일(일)
주식	찰현미밥 미니짜장면(2. 5.6.10.13) 한우버섯전골(5.6.13.16) 오이무침(셀)(13) 남도떡갈비구 이(5.6.10.15. 16.18) 배추김치(셀)(9)파채데리야 끼소스(5.6.13) 소다맛쭈쭈바	한우불고기덮밥 (5.6.13.16) 얼큰콩나물국(5 .9) 상추무침(셀)(5 .6.13) 치즈스틱&머스 타드소스(1.2.5 .6) 배추김치(셀)(9) 갈릭파이(1.2.5 .6) 라임후레쉬음료 (13)	찰흑미밥 참치김치찌개(5 .6.9.13) 돼지갈비찜(5.6 .10.13) 해물완자전(1.2 .5.6.8.9.16.17 .18) 깍두기(셀)(9) 곡물바(5) 궁채절임장아찌 (셀)(5) 미숫가루(2.5.1 3)	우리팍김치볶 음밥 (1.2.5.6.9.10 .13.15.16) 무말랭이무침 (셀)(5.6.13) 계란후라이 (1.5) 고구마또띠아 치즈롤 (2.5.6.13) 열무김치 (셀)(9) 방울토마토 (12) 김가루 감자국	찰현미밥 델리만쭈(1.2. 6.14) 얼큰어묵무국(1.5.6) 한우갈비찜(5. 6.13.16) 얼갈이나물무 침(셀)(5.6) 오징어김치전(1.5.6.9.13.17) 총각김치(셀)(9)		
에너지	에너지/단백질 /칼슘/철 886.9/31.1/12 0.2/3.7	에너지/단백질/ 칼슘/철 1,003.0/39.1/3 54.6/4.6	에너지/단백질/ 칼슘/철 982.3/51.7/242 .3/3.9	에너지/단백질 /칼슘/철 919.3/33.1/25 5.7/4.6	에너지/단백질 /칼슘/철 815.3/30.6/13 8.0/3.9		

요 일	7월22일(월)	7월23일(화)					
주 식	찰흑미밥 누룽지(셀) 아욱된장국(5.6) 오징어콩나물찜(5.6. 10. 13. 17) 미트볼데리야끼 볶음(1.2.5.6. 10. 13. 15. 16) 배추김치(셀)(9) 사과(셀) 샌드웨이퍼(감귤맛)(1.2.5.6) 물다시마(셀)/초장(셀)(5.6. 13)	기장밥 누룽지(셀) 콩나물김치국(5.9) 한우갈비찜(5.6. 13. 16) 시금치나물무침(셀)(5.6) 배추김치(셀)(9) 청양머스타드소스(1.2.5.6) 시리얼(아몬드)/우유(2.5.6) 치킨텐더양상추샐러드(1.2.5.6. 12. 15)					
영양 정보	에너지/단백질/칼슘/철 918.0/51.2/226.2/3.0	에너지/단백질/칼슘/철 1,000.1/34.4/340.4/5.0					
요 일	7월22일(월)	7월23일(화)					
중 식	닭갈비아채덮밥(5.6. 13. 15) 감자국 꼬들단무지무침(셀) 수제크림마요 새우(1.2.5.6. 9. 13) 우리쌀떡꼬치&고추장소스(5.6. 13) 배추김치(셀)(9) 포도						
영양 정보	에너지/단백질/칼슘/철 971.8/58.4/148.6/3.6						
요 일	7월22일(월)	7월23일(화)					
저 식	찰현미밥 한우무국(16) 실파김가루무침(셀)(5.6) 돈육잡채(5.6. 10. 13) 통그릴비엔나 케첩볶음(2.5. 6. 10. 12. 13. 15. 16) 배추김치(셀)(9) 파인애플 화이트블러썸 포켓팝콘(1.5. 6)						
영양 정보	에너지/단백질/칼슘/철 886.6/30.3/147.8/3.8						