试根据下面要求设计一直流稳压电源：

1. 要求输出±1.25V--±15V连续可调，输出电流不大于500mA。
2. 有一固定5V输出为单片机等电路供电，并提供相应的输出端口。
3. 试用arduino电路板实现对+3V---+15V可调正电源实现输出电压和电流显示。