

ประกาศองค์การบริหารส่วนตำบลยางหย่อง
เรื่อง รายการอาหารกลางวันศูนย์พัฒนาเด็กเล็กวัดธรรมาราม
ประจำเดือน สิงหาคม ๒๕๖๘

ตามหนังสือจังหวัดเพชรบุรี ด่วนที่สุด ที่ พบ ๐๐๒๓.๓/ว๑๗๘๒๔ ลงวันที่ ๒๗ ธันวาคม ๒๕๖๕ เรื่อง กำชับมาตรการป้องกันการทุจริตงบประมาณค่าอาหารกลางวันเด็กนักเรียน เพื่อความโปร่งใสและเสริมสร้างการมีส่วนร่วมในการป้องกันและปราบปรามการทุจริตงบประมาณค่าอาหารกลางวัน ให้ปิดประกาศรายการอาหารกลางวันและจำนวนหรือปริมาตรวัตถุดิบสำคัญที่ใช้ในการประกอบอาหารในแต่ละวันให้ผู้ปกครองและนักเรียนทราบ โดยพิจารณาปิดประกาศเป็นรายสัปดาห์ หรือรายเดือนตามความเหมาะสม”

ดังนั้น เพื่อให้การจ้างเหมาจัดทำอาหารกลางวันของศูนย์พัฒนาเด็กเล็กวัดธรรมารามเป็นไปด้วยความเรียบร้อยตามมาตรการป้องกันการทุจริตงบประมาณค่าอาหารกลางวันเด็กนักเรียน จึงประกาศรายการอาหารกลางวันของศูนย์พัฒนาเด็กเล็กวัดธรรมาราม ประจำเดือน สิงหาคม ๒๕๖๘ รายละเอียดตามเอกสารแนบท้าย

จึงประกาศให้ทราบโดยทั่วกัน

ประกาศ ณ วันที่ ๓๑ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๘

ลงชื่อ

(นายวิทยา เทพอยู่)
นายกองค์การบริหารส่วนตำบลยางหย่อง

รายการอาหาร ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กวัดธรรมาราม

ประจำเดือน สิงหาคม ๒๕๖๘

วัน/เดือน/ปี	รายการอาหาร			หมายเหตุ
	อาหารคาว	ผลไม้	ขนม	
๑ ส.ค. ๖๘	-ข้าวสวย -ไข่พะโล้หมู ใส่เลือด เต้าหู้	ส้ม	ขนมปังกรอบเนยน้ำตาล	
๒-๓ ส.ค. ๖๘	วันหยุดเสาร์-อาทิตย์			
๔ ส.ค. ๖๘	-ข้าวสวย -ต้มจับฉ่ายหมู -ปูอัดทอด	มะละกอ	ขนมปังแซนด์วิช	
๕ ส.ค. ๖๘	-ข้าวสวย -ผัดบวบกุ้ง -ไส้กรอกทอด	แอปเปิ้ล	ขนมกล้วย	
๔ ส.ค. ๖๘	-ขนมจีนน้ำพริก ผักลวก ไข่ต้ม	ส้ม	เค้กกล้วยหอม	
๗ ส.ค. ๖๘	-ข้าวสวย -แกงจืดแตงกวายัดไส้หมูสับไข่เจียว	แตงโม	วุ้นกะทิ	
๘ ส.ค. ๖๘	-ข้าวสวย -ผัดเปรี้ยวหวานไก่ใส่ตับ -ไส้กรอกทอด	กล้วย	ขนมเปียกปูน	
๙-๑๐ ส.ค. ๖๘	วันหยุดเสาร์-อาทิตย์			
๑๑ ส.ค. ๖๘	วันหยุดพิเศษ			
๑๒ ส.ค. ๖๘	วันหยุดวันเฉลิมพระชนมพรรษาสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พระบรมราชชนนีพันปีหลวง และ วันแม่แห่งชาติ			
๑๓ ส.ค. ๖๘	-ข้าวสวย -ผัดกะหล่ำปลีแครอทหมู -อกไก่ชุบแป้งทอด	ส้ม	ขนมตาล	
๑๔ ส.ค. ๖๘	-ข้าวมันไก่+แตงกวา+น้ำซุป -ไข่ต้ม	แตงโม	ขนมปังกรอบเนยน้ำตาล	
๑๕ ส.ค. ๖๘	-ข้าวสวย -แกงจืดเต้าหู้ หมูสับ -ปูอัดทอด	สับปะรด	ขนมปังแซนด์วิช	
๑๖-๑๗ส.ค.๖๘	วันหยุดเสาร์-อาทิตย์			
๑๘ ส.ค. ๖๘	-ข้าวสวย -แกงจืดแตงกวายัดไส้หมูสับ -ลูกชิ้นไก่ชุบแป้งทอด	แอปเปิ้ล	เค้กกล้วยหอม	

รายการอาหาร ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กวัดธรรมาราม

ประจำเดือน สิงหาคม ๒๕๖๘

วัน/เดือน/ปี	รายการอาหาร			หมายเหตุ
	อาหารคาว	ผลไม้	ขนม	
๑๙ ส.ค. ๖๘	ก๋วยเตี๋ยวน้ำเส้นบะหมี่หมู ลูกชิ้น	ฝรั่ง	โดนัทโรยน้ำตาล	
๒๐ ส.ค. ๖๘	-ข้าวสวย -แกงจืดไข่น้ำ -ทอดมันข้าวโพด	แอปเปิ้ล	เค้กกล้วยหอม	
๒๑ ส.ค. ๖๘	-ข้าวสวย -แกงจืดวุ้นเส้นหมูสับ -ไก่ปั้นทอด	ส้ม	ขนมทองม้วน	
๒๒ ส.ค. ๖๘	-ข้าวสวย -ผัดถั่วงอกหมูใส่เลือด -ไข่เจียว	แตงโม	ขนมปังแซนด์วิช	
๒๓-๒๔ ส.ค. ๖๘	วันหยุดเสาร์-อาทิตย์			
๒๕ ส.ค. ๖๘	-ข้าวสวย -ต้มเลือดหมูตำลึงหมูสับใส่ตับ -ลูกชิ้นปลาทอด	สาลี่	ขนมปังกรอบเนยน้ำตาล	
๒๖ ส.ค. ๖๘	-ผัดซีอิ๊วเส้นใหญ่หมู ตับ ใส่ไข่	ชมพู่	ขนมตาล	
๒๗ ส.ค. ๖๘	-ข้าวสวย -ผัดถั่วลันเตาหวานไก่ -ไส้กรอกทอด	มังคุด	ขนมต้ม	
๒๘ ส.ค. ๖๘	-ข้าวสวย -ผัดมะเขือยาวหมึก -ไข่เจียว	สับปะรด	วุ้นกะทิ	
๒๙ ส.ค. ๖๘	-ข้าวสวย -ต้มข่าไก่ใส่เลือดเห็ดนางฟ้า -ไข่ต้ม	มะละกอสุก	ขนมเปียกปูน	

หมายเหตุ ผลไม้สามารถเปลี่ยนแปลงได้ตามฤดูกาล



สถาบันโภชนาการ

สรุปคะแนนคุณค่าทางโภชนาการและเกณฑ์การประเมินคุณภาพอาหาร



ศูนย์เทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์และคอมพิวเตอร์แห่งชาติ

โรงเรียน ศพด.วัดธรรมาราม

ช่วงชั้น อนุบาล/ศพด. **ช่วงวันที่** 01/08/2568 ถึง 31/08/2568

วันที่	ชื่อรายการอาหาร	พลังงาน	โปรตีน	ไขมัน	แคลเซียม	เหล็ก	วิตามิน เอ	วิตามิน บี 1	วิตามิน บี 2	วิตามิน ซี	ใยอาหาร	โซเดียม	น้ำตาล
01/08/68	ส้มเขียวหวาน 1 ผล	0.68	0.44	0.09	0.30	0.25	0.62	1.55	0.91	11.88	2.80	2.80	5.88
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	ข้าวสวยขาว 1.5 ทัพพี (แนะนำสำหรับอนุบาล โดยกรมอนามัย)	2.65	1.35	0.18	0.21	1.23	0.00	0.41	0.55	0.00	0.53	30.60	0.04
	ขนมปังกรอบเนยน้ำตาล 2 ชิ้น	1.94	1.48	2.64	0.47	1.10	0.00	0.45	1.09	0.00	2.68	92.60	0.69
	ไข่พะโล้หมู ไส่เต้าหู้	2.76	4.50	5.41	1.10	6.42	6.01	3.15	6.63	0.61	2.02	280.86	3.93
	รวม	10.73	11.96	13.25	9.92	9.90	12.01	9.20	28.27	12.49	8.04	496.85	17.94
คะแนนรวม 1 สำรับ		10.73	11.96	13.25	9.92	9.90	12.01	9.20	28.27	12.49	8.04	496.85	17.94
คะแนนเฉลี่ยรายสัปดาห์ (1 คน/1 สำรับ)		10.73	11.96	13.25	9.92	9.90	12.01	9.20	28.27	12.49	8.04	496.85	17.94
04/08/68	ไก่ปั้นก้อนทอด ผักเคียง	2.17	2.70	4.78	0.46	1.79	1.16	0.99	2.97	4.14	2.51	196.97	2.42
	ขนมปังแซนด์วิช 1 แผ่น	1.65	1.79	1.15	0.47	0.99	0.00	1.73	0.34	0.00	3.00	88.16	0.80
	มะละกอสุก 3 ชิ้นพอคำ	0.27	0.10	0.02	0.09	0.29	0.93	0.55	0.68	9.56	1.46	0.93	2.85
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	ข้าวสวยขาว 1.5 ทัพพี (แนะนำสำหรับอนุบาล โดยกรมอนามัย)	2.65	1.35	0.18	0.21	1.23	0.00	0.41	0.55	0.00	0.53	30.60	0.04
	ต้มจับฉ่ายหมู	1.67	4.53	2.44	1.26	6.96	1.77	4.77	4.05	7.15	3.23	288.01	2.08
	รวม	11.12	14.66	13.51	10.34	12.17	9.25	12.08	27.68	20.85	10.73	694.66	15.59
05/08/68	หมูทอดกระเทียม ผักเคียง	1.85	3.34	3.55	0.31	1.82	1.11	17.28	1.59	3.87	2.12	194.52	2.48
	แอปเปิ้ล 1 ผลเล็ก	1.48	0.14	0.07	0.51	2.50	0.60	1.00	1.50	1.95	1.94	70.40	12.11
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	ข้าวสวยขาว 1.5 ทัพพี (แนะนำสำหรับอนุบาล โดยกรมอนามัย)	2.65	1.35	0.18	0.21	1.23	0.00	0.41	0.55	0.00	0.53	30.60	0.04
	ขนมกล้วย 1 ชิ้น	1.22	0.27	0.96	0.13	0.82	0.02	0.00	0.00	0.00	1.04	54.48	5.72
	ผัดบวบกุ้ง	1.95	3.84	3.71	1.07	2.96	0.53	3.93	2.19	3.31	1.18	340.15	1.64
	รวม	11.84	13.13	13.41	10.08	10.24	7.65	26.26	24.92	9.13	6.81	780.16	29.39
06/08/68	ส้มเขียวหวาน 1 ผล	0.68	0.44	0.09	0.30	0.25	0.62	1.55	0.91	11.88	2.80	2.80	5.88
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	เค้กกล้วยหอม 1 ชิ้น	2.93	1.41	3.57	0.83	0.00	0.94	0.18	2.55	0.00	1.65	97.60	10.45
	ขนมจีนน้ำพริก ผักลวก ไข่ต้ม 1/4 ฟอง	5.82	6.23	7.76	2.26	10.86	3.35	21.39	5.46	7.43	11.83	535.73	5.71
	รวม	12.12	12.27	16.35	11.23	12.02	10.29	26.75	28.01	19.31	16.28	726.13	29.43
07/08/68	แตงโม 3 ชิ้นพอคำ	0.30	0.22	0.00	0.08	0.28	1.20	0.77	0.77	2.92	0.63	1.52	2.44
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	ไข่เจียว 1 ฟอง	2.89	4.28	7.55	0.95	3.05	9.04	1.82	7.59	0.00	0.00	68.67	0.31
	ข้าวสวยขาว 1.5 ทัพพี (แนะนำสำหรับอนุบาล โดยกรมอนามัย)	2.65	1.35	0.18	0.21	1.23	0.00	0.41	0.55	0.00	0.53	30.60	0.04
	วุ้นกะทิใบเตย 1 ชิ้น	1.61	0.22	1.94	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	46.94	11.33
	แกงจืดแตงกวาหมูสับ ใส่ตับ	2.06	4.87	3.25	0.73	6.13	16.27	9.90	3.66	4.18	1.37	292.05	0.89
	รวม	12.22	15.12	17.85	9.83	11.59	31.89	16.54	31.66	7.10	2.53	529.79	22.41
08/08/68	กล้วยไข่ 1 ผล	1.12	0.37	0.05	0.03	0.62	0.17	0.55	2.00	2.82	2.67	3.18	7.55
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	ข้าวสวยขาว 1.5 ทัพพี (แนะนำสำหรับอนุบาล โดยกรมอนามัย)	2.65	1.35	0.18	0.21	1.23	0.00	0.41	0.55	0.00	0.53	30.60	0.04
	ขนมเปียกปูน 1 ชิ้น	1.96	0.49	0.19	0.50	7.18	0.13	0.59	0.32	0.12	0.72	17.59	11.31
	ผัดเปรี้ยวหวานไก่ ใส่ตับ	2.81	3.59	6.08	0.63	4.88	15.00	2.22	8.70	5.66	1.65	297.18	3.03
	ไก่ทอดกระเทียม ผักเคียง	2.15	2.69	4.77	0.36	1.71	1.15	0.99	2.94	3.87	2.12	196.14	2.48
	รวม	13.38	12.67	16.20	9.58	16.52	21.84	8.39	33.59	12.47	7.69	634.68	31.81
คะแนนรวม 5 สำรับ		60.68	67.84	77.33	51.06	62.54	80.92	90.02	145.86	68.85	44.04	3,365.42	128.64
คะแนนเฉลี่ยรายสัปดาห์ (1 คน/1 สำรับ)		12.14	13.57	15.47	10.21	12.51	16.18	18.00	29.17	13.77	8.81	673.08	25.73
13/08/68	หมูทอดกระเทียม ผักเคียง	1.85	3.34	3.55	0.31	1.82	1.11	17.28	1.59	3.87	2.12	194.52	2.48
	ส้มเขียวหวาน 1 ผล	0.68	0.44	0.09	0.30	0.25	0.62	1.55	0.91	11.88	2.80	2.80	5.88
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	ข้าวสวยขาว 1.5 ทัพพี (แนะนำสำหรับอนุบาล โดยกรมอนามัย)	2.65	1.35	0.18	0.21	1.23	0.00	0.41	0.55	0.00	0.53	30.60	0.04
	ขนมตาล 1 ชิ้น	1.39	0.41	0.18	0.00	0.90	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	15.74	6.24
	ผัดกะหล่ำปลีแครอทหมูสับ	2.47	3.19	6.17	0.45	1.85	0.67	10.65	2.19	5.74	1.77	269.76	1.20
	รวม	11.73	12.91	15.10	9.11	6.95	7.81	33.52	24.33	21.48	7.23	603.41	23.23
14/08/68	แตงโม 3 ชิ้นพอคำ	0.30	0.22	0.00	0.08	0.28	1.20	0.77	0.77	2.92	0.63	1.52	2.44
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40

	ไข่ต้ม 1 ฟอง	1.47	4.28	2.81	0.95	3.05	9.04	1.82	7.59	0.00	0.00	68.67	0.31
	ข้าวมันไก่ ต้ม เลือด ซุปฟัก แตงกวา	5.08	4.67	5.06	0.58	7.83	9.47	2.43	6.72	6.62	2.08	628.76	2.70
	ขนมปังกรอบเนยน้ำตาล 2 ชิ้น	1.94	1.48	2.64	0.47	1.10	0.00	0.45	1.09	0.00	2.68	92.60	0.69
	รวม	11.50	14.82	15.44	9.92	13.16	25.09	9.11	35.27	9.54	5.40	881.54	13.55
15/08/68	ไก่ปั้นก้อนทอด ผักเคียง	2.17	2.70	4.78	0.46	1.79	1.16	0.99	2.97	4.14	2.51	196.97	2.42
	ขนมปังแซนด์วิช 1 แผ่น	1.65	1.79	1.15	0.47	0.99	0.00	1.73	0.34	0.00	3.00	88.16	0.80
	สับปะรด 3 ชิ้นพอคำ	0.73	0.14	0.04	0.21	0.51	0.00	2.23	1.00	3.95	1.81	2.23	6.08
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	ข้าวสวยขาว 1.5 ทัพพี (แนะนำสำหรับอนุบาล โดยกรมอนามัย)	2.65	1.35	0.18	0.21	1.23	0.00	0.41	0.55	0.00	0.53	30.60	0.04
	แกงจืดเต้าหู้ไข่ หมูสับ ใส่เลือด ตำลึง	1.67	3.69	2.72	1.06	14.99	5.92	7.47	2.94	2.44	1.93	292.74	0.27
	รวม	11.57	13.85	13.80	10.26	20.42	12.47	16.46	26.89	10.52	9.78	700.7	17.01
คะแนนรวม 3 สำรับ		34.80	41.59	44.34	29.30	40.54	45.37	59.09	86.48	41.54	22.41	2,185.65	53.79
คะแนนเฉลี่ยรายสัปดาห์ (1 คน/1 สำรับ)		11.60	13.86	14.78	9.77	13.51	15.12	19.70	28.83	13.85	7.47	728.55	17.93
18/08/68	แอปเปิ้ล 1 ผลเล็ก	1.48	0.14	0.07	0.51	2.50	0.60	1.00	1.50	1.95	1.94	70.40	12.11
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	ลูกชิ้นไก่ 2 ชม. 4 ลูก	0.89	2.60	1.52	0.34	0.68	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	144.75	0.13
	เค้กกล้วยหอม 1 ชิ้น	2.93	1.41	3.57	0.83	0.00	0.94	0.18	2.55	0.00	1.65	97.60	10.45
	ข้าวสวยขาว 1.5 ทัพพี (แนะนำสำหรับอนุบาล โดยกรมอนามัย)	2.65	1.35	0.18	0.21	1.23	0.00	0.41	0.55	0.00	0.53	30.60	0.04
	แกงจืดแตงกวาหมูสับ ใส่ตับ	2.06	4.87	3.25	0.73	6.13	16.27	9.90	3.66	4.18	1.37	292.05	0.89
	รวม	12.72	14.56	13.52	10.46	11.45	23.19	15.13	27.34	6.12	5.49	725.4	31.02
19/08/68	ฝรั่ง 1/2 ผล	1.43	0.57	0.08	0.15	1.24	0.12	2.27	4.50	169.47	15.35	8.04	9.65
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	ลูกชิ้นหมู 2 ชม. 4 ลูก	0.78	2.16	1.00	0.29	0.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	164.00	0.25
	โดนัทโรยน้ำตาล 1 ชิ้น	1.62	0.83	2.57	0.46	0.08	0.00	0.68	0.77	0.00	1.60	68.68	4.38
	ก๋วยเตี๋ยวน้ำเส้นบะหมี่หมู ลูกชิ้นหมู ผักกวางตุ้ง ถั่วงอก	4.89	7.80	3.48	1.38	7.54	2.67	12.78	3.66	7.81	2.39	965.81	2.80
	รวม	11.41	15.54	12.07	10.13	10.56	8.17	19.37	28.02	177.28	19.34	1296.53	24.47
20/08/68	ทอดมันปลา (ตำรับ ร.ร.สังกัดกรุงเทพฯ)	1.86	3.84	3.11	1.62	3.40	2.55	1.56	6.57	5.34	3.18	421.43	2.56
	แอปเปิ้ล 1 ผลเล็ก	1.48	0.14	0.07	0.51	2.50	0.60	1.00	1.50	1.95	1.94	70.40	12.11
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	เค้กกล้วยหอม 1 ชิ้น	2.93	1.41	3.57	0.83	0.00	0.94	0.18	2.55	0.00	1.65	97.60	10.45
	ข้าวสวยขาว 1.5 ทัพพี (แนะนำสำหรับอนุบาล โดยกรมอนามัย)	2.65	1.35	0.18	0.21	1.23	0.00	0.41	0.55	0.00	0.53	30.60	0.04
	แกงจืดไข่น้ำ (ไข่ 1/2 ฟอง) หมูสับ กะหล่ำปลี	2.37	3.70	5.16	0.87	2.60	3.29	6.90	4.29	6.51	1.33	294.73	0.93
	รวม	14.00	14.63	17.04	11.89	10.64	12.75	13.69	34.54	13.79	8.62	1004.76	33.49
21/08/68	ไก่ปั้นก้อนทอด ผักเคียง	2.17	2.70	4.78	0.46	1.79	1.16	0.99	2.97	4.14	2.51	196.97	2.42
	ส้มเขียวหวาน 1 ผล	0.68	0.44	0.09	0.30	0.25	0.62	1.55	0.91	11.88	2.80	2.80	5.88
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	ข้าวสวยขาว 1.5 ทัพพี (แนะนำสำหรับอนุบาล โดยกรมอนามัย)	2.65	1.35	0.18	0.21	1.23	0.00	0.41	0.55	0.00	0.53	30.60	0.04
	ทองม้วน 4 ชิ้น	1.86	0.53	1.02	0.28	2.59	0.17	0.00	0.00	0.00	0.44	50.31	9.85
	แกงจืดวุ้นเส้นหมูสับ ลูกชิ้นหมู ผักกาดขาว	2.35	3.51	2.86	0.94	3.18	0.30	6.54	2.76	5.29	1.85	251.28	0.55
	รวม	12.41	12.72	13.87	10.03	9.94	7.63	13.12	26.28	21.30	8.14	621.94	26.14
22/08/68	แตงโม 3 ชิ้นพอคำ	0.30	0.22	0.00	0.08	0.28	1.20	0.77	0.77	2.92	0.63	1.52	2.44
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	ไข่เจียว 1 ฟอง	2.89	4.28	7.55	0.95	3.05	9.04	1.82	7.59	0.00	0.00	68.67	0.31
	ข้าวสวยขาว 1.5 ทัพพี (แนะนำสำหรับอนุบาล โดยกรมอนามัย)	2.65	1.35	0.18	0.21	1.23	0.00	0.41	0.55	0.00	0.53	30.60	0.04
	ขนมปังกรอบเนยน้ำตาล 2 ชิ้น	1.94	1.48	2.64	0.47	1.10	0.00	0.45	1.09	0.00	2.68	92.60	0.69
	ผัดถั่วฝักยาวหมูสับ	2.52	3.35	6.18	0.44	2.27	0.16	11.25	2.34	3.98	2.59	267.51	0.71
	รวม	13.00	14.87	21.48	9.99	8.83	15.78	18.34	31.43	6.90	6.43	550.9	11.59
คะแนนรวม 5 สำรับ		63.53	72.31	77.98	52.50	51.41	67.53	79.65	147.61	225.40	48.02	4,199.53	126.70
คะแนนเฉลี่ยรายสัปดาห์ (1 คน/1 สำรับ)		12.71	14.46	15.60	10.50	10.28	13.51	15.93	29.52	45.08	9.60	839.91	25.34
25/08/68	สาลี่ 1/4 ผล	0.54	0.14	0.07	0.04	0.23	0.00	0.77	0.77	1.95	3.64	1.98	2.32
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	ลูกชิ้นปลา 2 ชม. 4 ลูก	0.48	2.43	0.32	0.36	0.68	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	155.00	0.00
	ข้าวสวยขาว 1.5 ทัพพี (แนะนำสำหรับอนุบาล โดยกรมอนามัย)	2.65	1.35	0.18	0.21	1.23	0.00	0.41	0.55	0.00	0.53	30.60	0.04
	ต้มเลือดหมู ตำลึง หมูสับ ใส่ตับ	1.63	4.07	2.43	0.87	29.58	21.65	7.32	4.98	4.07	2.33	354.40	0.38
	ขนมปังกรอบเนยน้ำตาล 2 ชิ้น	1.94	1.48	2.64	0.47	1.10	0.00	0.45	1.09	0.00	2.68	92.60	0.69
	รวม	9.93	13.66	10.57	9.79	33.72	27.03	12.59	26.48	6.01	9.18	724.57	10.83
26/08/68	ชมพู่ 1 ผล	0.70	0.20	0.07	0.03	0.34	0.11	0.36	1.73	17.60	2.43	4.50	6.60
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	ขนมปัง 1 ชิ้น	1.39	0.41	0.18	0.00	0.90	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	15.74	6.24

	ก๋วยเตี๋ยวผัดซีอิ๊วเส้นใหญ่หมู ใส่ไข่ คะน้า ข้าวโพดอ่อน	4.71	4.92	5.92	1.32	4.11	3.75	11.16	4.68	9.54	2.00	507.04	2.16
	รวม	9.51	9.71	11.10	9.19	6.26	9.27	15.16	25.50	27.14	4.42	617.28	22.40
27/08/68	หมูทอดกระเทียม ผักเคียง	1.85	3.34	3.55	0.31	1.82	1.11	17.28	1.59	3.87	2.12	194.52	2.48
	มังคุด 1 ผล	0.67	0.13	0.03	0.10	0.18	0.00	1.64	1.09	0.68	2.27	0.77	6.75
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	ข้าวสวยขาว 1.5 ทัพพี (แนะนำสำหรับอนุบาล โดยกรมอนามัย)	2.65	1.35	0.18	0.21	1.23	0.00	0.41	0.55	0.00	0.53	30.60	0.04
	ขนมต้มขาว 1 ชิ้น	1.15	0.32	0.23	0.25	3.84	0.07	0.45	0.14	0.20	0.92	38.63	6.31
	ผัดถั่วฝักยาวไก่สับ	2.43	2.96	5.97	0.48	2.16	0.19	1.59	3.39	3.98	2.59	255.50	0.71
	รวม	11.45	12.28	14.89	9.20	10.14	6.76	25.01	25.84	8.73	8.44	610.02	23.68
28/08/68	สับปะรด 3 ชิ้นพอคำ	0.73	0.14	0.04	0.21	0.51	0.00	2.23	1.00	3.95	1.81	2.23	6.08
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	ไข่เจียว 1 ฟอง	2.89	4.28	7.55	0.95	3.05	9.04	1.82	7.59	0.00	0.00	68.67	0.31
	ข้าวสวยขาว 1.5 ทัพพี (แนะนำสำหรับอนุบาล โดยกรมอนามัย)	2.65	1.35	0.18	0.21	1.23	0.00	0.41	0.55	0.00	0.53	30.60	0.04
	วุ้นกะทิใบเตย 1 ชิ้น	1.61	0.22	1.94	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	46.94	11.33
	ผัดมะเขือยาวหมูสับ	2.64	3.25	6.21	0.47	3.40	0.57	11.46	2.97	3.62	3.23	219.22	0.94
	รวม	13.21	13.42	20.85	9.71	9.10	15.00	19.55	31.20	7.57	5.57	457.66	26.10
29/08/68	มะละกอสุก 3 ชิ้นพอคำ	0.27	0.10	0.02	0.09	0.29	0.93	0.55	0.68	9.56	1.46	0.93	2.85
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	ไข่ต้ม 1 ฟอง	1.47	4.28	2.81	0.95	3.05	9.04	1.82	7.59	0.00	0.00	68.67	0.31
	ข้าวสวยขาว 1.5 ทัพพี (แนะนำสำหรับอนุบาล โดยกรมอนามัย)	2.65	1.35	0.18	0.21	1.23	0.00	0.41	0.55	0.00	0.53	30.60	0.04
	ต้มข่าไก่ ใส่เลือด เห็ดนางฟ้า	2.54	3.27	5.73	0.47	7.24	0.30	1.11	7.65	2.62	4.31	303.90	0.90
	ขนมเปียกปูน 1 ชิ้น	1.96	0.49	0.19	0.50	7.18	0.13	0.59	0.32	0.12	0.72	17.59	11.31
	รวม	11.60	13.67	13.86	10.07	19.89	15.78	8.11	35.88	12.30	7.02	511.68	22.82
คะแนนรวม 5 สำรับ		55.70	62.74	71.26	47.96	79.10	73.84	80.42	144.90	61.75	34.62	2,921.21	105.83
คะแนนเฉลี่ยรายสัปดาห์ (1 คน/1 สำรับ)		11.14	12.55	14.25	9.59	15.82	14.77	16.08	28.98	12.35	6.92	584.24	21.17

วันที่พิมพ์รายงาน 06/08/2025 10:54:29