



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ...สำนักปลัด งานการศึกษา องค์การบริหารส่วนตำบลนาสี โทร.๐๔๒-๑๐๙๙๔

ที่ นก ๗๕๗.๐๑/๖๒๖ วันที่ ๒๖ พฤษภาคม ๒๕๖๘

เรื่อง ...ประกาศรายการอาหารกลางวันศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก ประจำเดือนมิถุนายน ๒๕๖๘

เรียน นายกองค์การบริหารส่วนตำบลนาสี

เรื่องเดิม

ด้วยศูนย์พัฒนาเด็กเล็กองค์การบริหารส่วนตำบลนาสี ได้ดำเนินการจัดทำรายการอาหารกลางวันประจำเดือนมิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๘ ตามประกาศองค์การบริหารส่วนตำบลนาสี ลงวันที่ ๒๖ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๘ นั้น

ข้อเท็จจริง

ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กได้ดำเนินการจัดทำรายการอาหารกลางวันประจำเดือนมิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๘ แบบอัตโนมัติ Thai School Lunch (TSL) เพื่อให้เด็กได้รับประทานอาหารกลางวันที่มีคุณค่าทางโภชนาการ และปริมาณที่เหมาะสม คือ มีสารอาหารครบ ๕ หมู่ ประกอบด้วย คาร์โบไฮเดรต ไขมัน วิตามิน โปรตีน และเกลือแร่ จำนวนนักเรียน ๘๘ คนๆ ละ ๒๗ บาท วันละ ๑ มื้อ รวมทั้งสิ้น ๑๙ วันทำการ

ข้อระเบียบ

ตามที่หนังสือด่วนที่สุด ที่ นก.๐๐๒๓.๓/ว ๑๐๖๖ วันที่ ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๗ เรื่องการติดตาม ตรวจสอบและประเมินผลดำเนินงานโครงการอาหารกลางวันประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๘ เพื่อป้องกันผลกระทบต่อภาวะทุพโภชนาการเด็กนักเรียนและคุณภาพการจัดการเรียนการสอน

ข้อพิจารณา

เพื่อให้เด็กนักเรียนได้รับประทานอาหารกลางวันที่มีคุณค่าทางโภชนาการ และปริมาณที่เหมาะสม

ข้อเสนอ

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา หากเห็นสมควร กรุณาลงนามหนังสือที่แนบ

(ลงชื่อ).....

(นายวัชรพงษ์ โนรีรัตน์)

นักวิชาการศึกษา

ลงชื่อ).....

(นายศักดิ์ดา ภาชู)

หัวหน้าสำนักปลัด

-เสนอนายก อบต.นาสี/ ความเห็นปลัด อบต.

- ☐ เห็นควรพิจารณาอนุมัติ
☐ ไม่เห็นควรพิจารณาอนุมัติ

(ลงชื่อ).....

(นายพงศ์ดี สมสมัยพงศ์กุล)
ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลนาสี

ความเห็นนายก อบต.นาสี

- ☒ อนุมัติ
☐ ไม่อนุมัติ

(ลงชื่อ).....

(นายสถิษฐ์ พาไสย)
นายกองค์การบริหารส่วนตำบลนาสี



ประกาศศูนย์พัฒนาเด็กเล็กองค์การบริหารส่วนตำบลนาสี
เรื่อง รายการอาหารกลางวันศูนย์พัฒนาเด็กเล็กประจำเดือนมิถุนายน ๒๕๖๘

ตามที่หนังสือด่วนที่สุด ที่ นก.๐๐๒๓.๓/ว ๑๐๖๖ ลงวันที่ ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๗ เรื่องการติดตาม ตรวจสอบและประเมินผลดำเนินงานโครงการอาหารกลางวันประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๘ และหนังสือด่วนที่สุด ที่ นก. ๐๐๒๓.๓/ว๒๘๑๙ ลงวันที่ ๑๐ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๖ เพื่อความโปร่งใส และเสริมสร้างการมีส่วนร่วมในการป้องกันและปราบปรามการทุจริตงบประมาณค่าอาหารกลางวัน ให้ปิดประกาศรายการอาหารและจำนวนปริมาณสำคัญที่ใช้ประกอบอาหารในแต่ละวัน ให้ผู้ปกครองและนักเรียน รับทราบ โดยพิจารณาปิดประกาศเป็นรายสัปดาห์รายเดือนตามความเหมาะสม นั้น

ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กองค์การบริหารส่วนตำบลนาสี ได้ดำเนินการจัดทำรายการอาหารกลางวัน ประจำเดือนมิถุนายน ๒๕๖๘ แบบอัตโนมัติ Thai School Lunch (TSL) เพื่อให้เด็กได้รับประทานอาหาร กลางวันที่มีคุณค่าทางโภชนาการ และปริมาณที่เหมาะสม คือ มีสารอาหารครบ ๕ หมู่ ประกอบด้วย คาร์โบไฮเดรต ไขมัน วิตามิน โปรตีน และเกลือแร่ จำนวนนักเรียน ๘๘ คนๆละ ๒๗ บาท วันละ ๑ มื้อ รวมทั้งสิ้น ๑๙ วันทำการ ตามรายการอาหารแนบท้าย

จึงประกาศให้ทราบโดยทั่วกัน

ประกาศ ณ วันที่ ๒๖ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๘

(นายสธิตรัฐ พาไสย์)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลนาสี

รายการอาหารกลางวันศูนย์พัฒนาเด็กเล็กองค์การบริหารส่วนตำบลนาสี
สังกัดองค์การบริหารส่วนตำบลนาสี อ.สุวรรณคูหา จ.หนองบัวลำภู
ประจำเดือนมิถุนายน ๒๕๖๘

วันที่	รายการอาหาร	อาหารว่าง
๔ มิถุนายน ๒๕๖๘	ข้าวผัดหมู+แกงจืดสาหร่าย	แตงโม
๕ มิถุนายน ๒๕๖๘	ก๋วยเตี๋ยวหมูน้ำใส+ไข่ต้ม	แคนตาลูป
๖ มิถุนายน ๒๕๖๘	ผัดแตงกวาใส่ไข่+แกงจืดเต้าหู้	ขนมไทย (ขนมชั้น)
๙ มิถุนายน ๒๕๖๘	ข้าวต้มทะเลรวม+ไข่ต้ม+ลูกชิ้นหมูหนึ่ง	โดนัท
๑๐ มิถุนายน ๒๕๖๘	ข้าวมันไก่+แกงจืดไข่น้ำ	แซนวิช
๑๑ มิถุนายน ๒๕๖๘	ไข่พะโล้หมูสามชั้น+ผัดวุ้นเส้น	แคนตาลูป
๑๒ มิถุนายน ๒๕๖๘	ข้าวหมูแดง+แกงจืดสาหร่าย	ข้าวโพดต้ม
๑๓ มิถุนายน ๒๕๖๘	ข้าวผัดหมู+ไก่ต้มฟัก	แอปเปิ้ล
๑๖ มิถุนายน ๒๕๖๘	ไข่เจียวทรงเครื่อง+แกงจืดเต้าหู้หมูสับ	นมเปรี้ยว
๑๗ มิถุนายน ๒๕๖๘	ข้าวต้มทะเลรวม+ไข่ต้ม+ลูกชิ้นหมูหนึ่ง	แซนวิช
๑๘ มิถุนายน ๒๕๖๘	ข้าวเหนียว+ส้มตำ+ไก่ทอด	ข้าวโพดคั่วกลูเนย
๑๙ มิถุนายน ๒๕๖๘	ก๋วยเตี๋ยวหมูน้ำใส+ไข่ต้ม	แตงโม
๒๐ มิถุนายน ๒๕๖๘	ผัดแตงกวาใส่ไข่+ต้มยำข้าวไก่	โดนัท
๒๓ มิถุนายน ๒๕๖๘	ไข่พะโล้หมูสามชั้น+ผัดผักรวมใส่ลูกชิ้น	เค้กกล้วยหอม
๒๔ มิถุนายน ๒๕๖๘	ข้าวหมูแดง+แกงจืดสาหร่าย	กล้วยไข่
๒๕ มิถุนายน ๒๕๖๘	ผัดกะเพราไก่+แกงจืดไข่น้ำ	นมเปรี้ยว
๒๖ มิถุนายน ๒๕๖๘	ข้าวต้มทะเลรวม+ไข่ต้ม+ลูกชิ้นหมูหนึ่ง	แซนวิช
๒๗ มิถุนายน ๒๕๖๘	ก๋วยเตี๋ยวหมูน้ำใส+ไข่ต้ม	แตงโม
๓๐ มิถุนายน ๒๕๖๘	ไข่เจียวทรงเครื่อง+แกงจืดเต้าหู้หมูสับ	นมเปรี้ยว

- | | |
|--|----------------------|
| ๑. ข้าวผัดหมู+แกงจืดสาหร่าย | ๑.แตงโม |
| ๒. ก๋วยเตี๋ยวหมูน้ำใส+ไข่ต้ม | ๒.แคนตาลูป |
| ๓.ไข่พะโล้หมูสามชั้น+ผัดผักรวมใส่ลูกชิ้น | ๓.กล้วยไข่ |
| ๔.ข้าวเหนียว+ไก่ทอด+ส้มตำ | ๔.โดนัท |
| ๕.ข้าวไข่เจียวทรงเครื่อง+แกงจืดเต้าหู้หมูสับ | ๕. นมเปรี้ยว |
| ๖. ข้าวต้มทะเลรวมมิตร+ไข่ต้ม+ลูกชิ้นหมูหนึ่ง | ๖.ลอดช่องน้ำกะทิ |
| ๗. ข้าวมันไก่ต้ม+แกงจืดไข่น้ำ | ๗.แซนวิช |
| ๘.ข้าวหมูแดง+แกงจืดสาหร่าย | ๘. ข้าวโพดคั่วกลูเนย |
| ๙.ผัดกะเพราไก่ (ดับ ถั่วฝักยาวหอมหัวใหญ่)+แกงจืดไข่น้ำ | ๙.เค้กกล้วยหอม |
| | ๑๐. ข้าวโพดต้ม |



สถาบันโภชนาการ

สรุปคะแนนคุณค่าทางโภชนาการและเกณฑ์การประเมินคุณภาพอาหาร

NECTEC
a member of NSTDA

ศูนย์เทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์และคอมพิวเตอร์แห่งชาติ

โรงเรียน ศพด. ขำภูทอง
ช่วงชั้น อนุบาล (3-5 ปี)

ช่วงวันที่ 04/06/2568 ถึง 30/06/2568

วันที่	ชื่อรายการอาหาร	พลังงาน	โปรตีน	ไขมัน	แคลเซียม	เหล็ก	วิตามิน เอ	วิตามิน บี 1	วิตามิน บี 2	วิตามิน ซี	ใยอาหาร	โซเดียม	น้ำตาล
04/06/68	แตงโม 3 ชิ้นพอดีคำ	0.29	0.22	0.00	0.08	0.27	1.17	0.85	0.85	2.92	0.60	1.52	2.44
	นมพาสเจอร์ไรส์รสจืด 200 ml	2.60	4.35	5.14	7.29	0.87	5.25	4.00	21.00	0.00	0.00	90.00	7.40
	ข้าวผัดหมู ใส่ไข่ ไข่ขาว แครอท	5.79	6.82	7.97	1.41	4.46	4.91	20.67	6.42	10.22	2.76	360.92	2.58
	แกงจืดไข่น้ำ (ไข่ 1/2 ฟอง) ไข่ไก่ ไข่ขาว	2.62	4.25	6.16	0.97	2.85	3.78	1.78	6.31	7.63	1.47	337.59	1.09
	รวม	11.30	15.64	19.27	9.74	8.44	15.12	27.30	34.58	20.77	4.83	790.03	13.51
05/06/68	แคนดูลูป 4 ชิ้นพอดีคำ	0.26	0.20	0.03	0.27	1.09	4.02	0.75	0.50	15.04	0.97	3.00	2.52
	นมพาสเจอร์ไรส์รสจืด 200 ml	2.60	4.35	5.14	7.29	0.87	5.25	4.00	21.00	0.00	0.00	90.00	7.40
	ไข่ต้ม 1/2 ฟอง	0.71	2.23	1.46	0.44	1.46	4.41	1.00	4.15	0.00	0.00	34.33	0.16
	กล้วยเดียน้ำส้มมะขามเปรี้ยว ไข่ไก่ ไข่ขาว ผัก	5.80	9.17	5.56	1.56	8.33	3.08	1.47	5.96	9.16	2.65	1,125.05	3.22
	รวม	9.36	15.95	12.20	9.56	11.74	16.75	7.22	31.61	24.20	3.62	1,252.38	13.29
06/06/68	นมพาสเจอร์ไรส์รสจืด 200 ml	2.60	4.35	5.14	7.29	0.87	5.25	4.00	21.00	0.00	0.00	90.00	7.40
	ขนมไข่ ไข่	1.52	1.22	0.51	0.18	0.83	1.38	0.75	1.45	0.00	0.56	10.89	8.77
	แกงจืดเต้าหู้ไข่ หมูสับ ใส่เลือด ตาลิ่ง	1.89	4.50	3.32	1.16	16.82	6.77	9.64	3.79	2.86	2.13	343.31	0.32
	ผัดแตงกวาหมูสับ กุ้งแห้ง ใส่ไข่ (ไข่ 1/2 ฟอง)	2.93	4.98	7.33	0.82	3.02	3.69	9.13	5.26	3.48	1.06	209.20	1.71
	รวม	8.94	15.05	16.29	9.44	21.54	17.09	23.52	31.51	6.34	3.75	653.4	18.20
คะแนนรวม 3 สัปดาห์		29.60	46.65	47.76	28.74	41.72	48.96	58.04	97.70	51.31	12.20	2,695.81	45.00
คะแนนเฉลี่ยรายสัปดาห์ (1 คน/1 สัปดาห์)		9.87	15.55	15.92	9.58	13.91	16.32	19.35	32.57	17.10	4.07	898.6	15.00
09/06/68	นมพาสเจอร์ไรส์รสจืด 200 ml	2.60	4.35	5.14	7.29	0.87	5.25	4.00	21.00	0.00	0.00	90.00	7.40
	ไข่ต้ม 1/2 ฟอง	0.71	2.23	1.46	0.44	1.46	4.41	1.00	4.15	0.00	0.00	34.33	0.16
	ลูกชิ้นหมู 2 ขม. 4 ลูก	0.75	2.24	1.04	0.27	0.76	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	164.00	0.25
	โดนัทโรยน้ำตาล 1 ชิ้น	1.56	0.87	2.68	0.43	0.07	0.00	0.75	0.85	0.00	1.51	68.68	4.38
	ข้าวต้มทะเลรวมมิตร ผักโขม	3.78	5.61	1.75	1.45	4.54	5.56	2.44	3.25	2.94	2.75	613.25	0.26
10/06/68	รวม	9.39	15.30	12.07	9.87	7.70	15.22	8.19	29.25	2.94	4.26	970.26	12.44
	ขนมปังแซนวิช 1 แผ่น	1.58	1.86	1.20	0.44	0.95	0.00	1.90	0.38	0.00	2.83	88.16	0.80
	นมพาสเจอร์ไรส์รสจืด 200 ml	2.60	4.35	5.14	7.29	0.87	5.25	4.00	21.00	0.00	0.00	90.00	7.40
	ข้าวมันไก่ ต้มเลือด ขุ่ยผัก แดงกวา	5.73	5.69	6.18	0.63	8.78	10.83	3.13	8.67	7.76	2.31	737.36	3.17
	แกงจืดไข่น้ำ (ไข่ 1/2 ฟอง) ไข่ไก่ ไข่ขาว	2.62	4.25	6.16	0.97	2.85	3.78	1.78	6.31	7.63	1.47	337.59	1.09
11/06/68	รวม	12.53	16.16	18.67	9.32	13.45	19.86	10.81	36.35	15.39	6.61	1,253.11	12.46
	แคนดูลูป 4 ชิ้นพอดีคำ	0.26	0.20	0.03	0.27	1.09	4.02	0.75	0.50	15.04	0.97	3.00	2.52
	นมพาสเจอร์ไรส์รสจืด 200 ml	2.60	4.35	5.14	7.29	0.87	5.25	4.00	21.00	0.00	0.00	90.00	7.40
	ผัดวุ้นเส้นไก่สับ ไข่ขาว ไข่แดง มะเขือเทศ	3.23	2.59	6.45	0.54	3.10	0.86	1.32	3.52	6.79	1.95	293.44	2.18
	ไข่พะโล้หมู ใส่เลือด หัวผักกาด	3.10	5.67	6.09	1.37	21.13	7.10	4.33	8.98	3.19	3.85	364.72	5.29
12/06/68	รวม	9.18	12.82	17.71	9.46	26.18	17.23	10.40	34.00	25.02	6.78	751.16	17.38
	นมพาสเจอร์ไรส์รสจืด 200 ml	2.60	4.35	5.14	7.29	0.87	5.25	4.00	21.00	0.00	0.00	90.00	7.40
	ข้าวหมูแดง แดงกวา	5.92	7.91	3.87	0.94	5.50	2.12	25.08	5.30	4.52	1.63	542.85	5.35
	ข้าวโพดต้ม 1/4 ผักใหญ่	1.60	1.01	0.38	0.16	2.35	0.29	2.05	1.80	1.99	6.25	7.17	0.13
	แกงจืดกะหล่ำปลี แครอท ไข่ไก่ ไข่ขาว	2.07	4.99	3.39	0.85	2.54	1.05	1.01	3.29	6.23	2.49	439.03	1.40
13/06/68	รวม	12.18	18.27	12.77	9.24	11.26	8.71	32.13	31.39	12.74	10.37	1,079.04	14.27
	แอปเปิ้ล 1/2 ผลเล็ก	0.71	0.07	0.04	0.24	1.20	0.29	0.55	0.85	0.97	0.92	35.20	6.06
	นมพาสเจอร์ไรส์รสจืด 200 ml	2.60	4.35	5.14	7.29	0.87	5.25	4.00	21.00	0.00	0.00	90.00	7.40
	ข้าวผัดหมู ใส่ไข่ ไข่ขาว แครอท	5.79	6.82	7.97	1.41	4.46	4.91	20.67	6.42	10.22	2.76	360.92	2.58
	ไก่ต้มขมิ้นใส่ผักเขียว	1.29	3.47	2.38	0.31	1.51	0.09	1.04	2.13	6.77	1.81	302.39	0.18
16/06/68	รวม	10.39	14.72	15.53	9.24	8.03	10.54	26.26	30.40	17.96	5.49	788.51	16.22
	คะแนนรวม 5 สัปดาห์	53.68	77.26	76.77	47.13	66.63	71.56	87.80	161.40	74.07	33.51	4,842.08	72.77
	คะแนนเฉลี่ยรายสัปดาห์ (1 คน/1 สัปดาห์)	10.74	15.45	15.35	9.43	13.33	14.31	17.56	32.28	14.81	6.70	968.42	14.55
	นมพาสเจอร์ไรส์รสจืด 200 ml	2.60	4.35	5.14	7.29	0.87	5.25	4.00	21.00	0.00	0.00	90.00	7.40
	วุ้นกะทิใบเตย 1 ชิ้น	1.55	0.22	2.02	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	46.94	11.33
17/06/68	รวม	8.29	12.24	16.61	9.20	19.73	16.52	15.22	29.78	8.13	4.24	649.17	20.08
	แกงจืดเต้าหู้ไข่ หมูสับ ใส่เลือด ตาลิ่ง	1.89	4.50	3.32	1.16	16.82	6.77	9.64	3.79	2.86	2.13	343.31	0.32
	ไข่เจียวทรงเครื่องไก่สับ แครอท กะหล่ำปลี (ไข่ 1/2 ฟอง)	2.26	3.16	6.13	0.74	2.04	4.49	1.59	4.99	5.27	2.11	168.92	1.03
	รวม	8.29	12.24	16.61	9.20	19.73	16.52	15.22	29.78	8.13	4.24	649.17	20.08
	ขนมปังแซนวิช 1 แผ่น	1.58	1.86	1.20	0.44	0.95	0.00	1.90	0.38	0.00	2.83	88.16	0.80
17/06/68	นมพาสเจอร์ไรส์รสจืด 200 ml	2.60	4.35	5.14	7.29	0.87	5.25	4.00	21.00	0.00	0.00	90.00	7.40
	ไข่ต้ม 1/2 ฟอง	0.71	2.23	1.46	0.44	1.46	4.41	1.00	4.15	0.00	0.00	34.33	0.16
	ลูกชิ้นหมู 2 ขม. 4 ลูก	0.75	2.24	1.04	0.27	0.76	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	164.00	0.25
	ข้าวต้มทะเลรวมมิตร ผักโขม	3.78	5.61	1.75	1.45	4.54	5.56	2.44	3.25	2.94	2.75	613.25	0.26
	รวม	9.42	16.29	10.59	9.88	8.58	15.22	9.34	28.78	2.94	5.58	989.74	8.86

18/06/68	ข้าวเหนียวขาว 1.5 ขัน (แนะนำสำหรับ อนุบาล โดยกรมอนามัย)	2.68	1.72	0.11	0.10	0.72	0.00	0.85	0.00	0.00	0.46	6.60	0.07
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.60	4.35	5.14	7.29	0.87	5.25	4.00	21.00	0.00	0.00	90.00	7.40
	ข้าวโพดคั่ว 1.5 หัฟฟี่	2.69	1.44	0.88	0.25	3.44	0.39	3.05	2.60	3.01	9.25	45.30	4.09
	ส้มตำไทย ผักสด	2.13	3.78	2.71	1.17	6.24	1.06	2.75	3.44	16.65	6.24	186.04	7.21
	ไก่ทอดกระเทียม ผักเคียง	2.42	3.28	5.82	0.40	1.92	1.32	1.28	3.79	4.53	2.35	230.02	2.91
	รวม	12.52	14.57	14.67	9.20	13.18	8.02	11.92	30.84	24.19	18.30	557.96	21.68
19/06/68	แดงโม 3 ขันพอคำ	0.29	0.22	0.00	0.08	0.27	1.17	0.85	0.85	2.92	0.60	1.52	2.44
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.60	4.35	5.14	7.29	0.87	5.25	4.00	21.00	0.00	0.00	90.00	7.40
	ไข่ต้ม 1/2 ฟอง	0.71	2.23	1.46	0.44	1.46	4.41	1.00	4.15	0.00	0.00	34.33	0.16
	กล้วยเดียน้ำเส่นะหมี่ไก่ ลูกชิ้นไก่ ผัก กวางตุ้ง ถั่วงอก	5.80	9.17	5.56	1.56	8.33	3.08	1.47	5.96	9.16	2.65	1,125.05	3.22
	รวม	9.40	15.97	12.16	9.37	10.92	13.91	7.32	31.96	12.08	3.24	1250.91	13.21
	คะแนนรวม 5 สัปดาห์	49.72	73.31	76.59	46.68	60.28	62.89	59.20	158.53	53.90	38.72	4,151.69	78.38
20/06/68	คะแนนเฉลี่ยรายสัปดาห์ (1 คน/1 สัปดาห์)	9.94	14.66	15.32	9.34	12.06	12.58	11.84	31.71	10.78	7.74	830.34	15.68
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.60	4.35	5.14	7.29	0.87	5.25	4.00	21.00	0.00	0.00	90.00	7.40
	โคขุนโรยน้ำตาล 1 ขัน	1.56	0.87	2.68	0.43	0.07	0.00	0.75	0.85	0.00	1.51	68.68	4.38
	ต้มยำไก่ เห็ดนางฟ้า	2.99	4.02	7.41	0.50	3.91	0.28	1.51	10.06	3.08	4.78	336.03	1.06
	ผัดแดงกวางหุ้มลิ้น กุ้งแห้ง ใส่ไข่ (ไข่ 1/2 ฟอง)	2.93	4.98	7.33	0.82	3.02	3.69	9.13	5.26	3.48	1.06	209.20	1.71
	รวม	10.08	14.23	22.56	9.04	7.88	9.22	15.39	37.18	6.56	7.35	703.91	14.55
23/06/68	คะแนนรวม 5 สัปดาห์	49.72	73.31	76.59	46.68	60.28	62.89	59.20	158.53	53.90	38.72	4,151.69	78.38
	คะแนนเฉลี่ยรายสัปดาห์ (1 คน/1 สัปดาห์)	9.94	14.66	15.32	9.34	12.06	12.58	11.84	31.71	10.78	7.74	830.34	15.68
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.60	4.35	5.14	7.29	0.87	5.25	4.00	21.00	0.00	0.00	90.00	7.40
	เค้กกล้วยหอม 1 ขัน	2.82	1.47	3.72	0.77	0.00	0.91	0.20	2.80	0.00	1.56	97.60	10.45
	ผัดผักรวมมิตรไก่ ใส่ต้น	2.47	4.69	5.97	0.87	5.32	22.31	3.37	13.62	12.95	2.41	237.15	0.92
	ไข่พะโล้นหมู ใส่เลือด หัวผักกาด	3.10	5.67	6.09	1.37	21.13	7.10	4.33	8.98	3.19	3.85	364.72	5.29
24/06/68	รวม	10.98	16.18	20.92	10.30	27.32	35.57	11.90	46.40	16.14	7.82	789.47	24.06
	กล้วยไข่ 2 ผล	2.14	0.76	0.11	0.06	1.18	0.34	1.20	4.40	5.64	5.04	6.37	15.10
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.60	4.35	5.14	7.29	0.87	5.25	4.00	21.00	0.00	0.00	90.00	7.40
	ข้าวหมูแดง แดงกว่า	5.92	7.91	3.87	0.94	5.50	2.12	25.08	5.30	4.52	1.63	542.85	5.35
	แกงจืดไข่น้ำ (ไข่ 1/2 ฟอง) ไก่สับ กะหล่ำ ปลี	2.62	4.25	6.16	0.97	2.85	3.78	1.78	6.31	7.63	1.47	337.59	1.09
	รวม	13.28	17.27	15.28	9.26	10.40	11.49	32.06	37.01	17.79	8.15	976.8	28.94
25/06/68	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.60	4.35	5.14	7.29	0.87	5.25	4.00	21.00	0.00	0.00	90.00	7.40
	ข้าวผัดกะเพราไก่ ใส่ต้น ถั่วฝักยาว หอม ใหญ่	5.72	5.07	8.29	0.89	5.29	12.04	2.71	10.49	6.57	3.19	334.03	2.56
	วุ้นกะทิใบเตย 1 ขัน	1.55	0.22	2.02	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	46.94	11.33
	แกงจืดไข่น้ำ (ไข่ 1/2 ฟอง) ไก่สับ กะหล่ำ ปลี	2.62	4.25	6.16	0.97	2.85	3.78	1.78	6.31	7.63	1.47	337.59	1.09
	รวม	12.49	13.90	21.61	9.16	9.01	21.08	8.49	37.80	14.20	4.66	808.57	22.38
	คะแนนรวม 5 สัปดาห์	55.57	79.62	80.56	47.97	66.23	97.26	69.11	181.94	63.15	29.45	4,815.49	97.45
26/06/68	คะแนนเฉลี่ยรายสัปดาห์ (1 คน/1 สัปดาห์)	11.11	15.92	16.11	9.59	13.25	19.45	13.82	36.39	12.63	5.89	963.1	19.49
	ขนมปังแซนด์วิช 1 แผ่น	1.58	1.86	1.20	0.44	0.95	0.00	1.90	0.38	0.00	2.83	88.16	0.80
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.60	4.35	5.14	7.29	0.87	5.25	4.00	21.00	0.00	0.00	90.00	7.40
	ไข่ต้ม 1/2 ฟอง	0.71	2.23	1.46	0.44	1.46	4.41	1.00	4.15	0.00	0.00	34.33	0.16
	ลูกชิ้นหมู 2 ขม. 4 ลูก	0.75	2.24	1.04	0.27	0.76	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	164.00	0.25
	ข้าวต้มทะเลรวมมิตร ผักโขม	3.78	5.61	1.75	1.45	4.54	5.56	2.44	3.25	2.94	2.75	613.25	0.26
27/06/68	รวม	9.42	16.29	10.59	9.88	8.58	15.22	9.34	28.78	2.94	5.58	989.74	8.86
	แดงโม 3 ขันพอคำ	0.29	0.22	0.00	0.08	0.27	1.17	0.85	0.85	2.92	0.60	1.52	2.44
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.60	4.35	5.14	7.29	0.87	5.25	4.00	21.00	0.00	0.00	90.00	7.40
	ไข่ต้ม 1/2 ฟอง	0.71	2.23	1.46	0.44	1.46	4.41	1.00	4.15	0.00	0.00	34.33	0.16
	กล้วยเดียน้ำเส่นะหมี่ไก่ ลูกชิ้นไก่ ผัก กวางตุ้ง ถั่วงอก	5.80	9.17	5.56	1.56	8.33	3.08	1.47	5.96	9.16	2.65	1,125.05	3.22
	รวม	9.40	15.97	12.16	9.37	10.92	13.91	7.32	31.96	12.08	3.24	1250.91	13.21
30/06/68	คะแนนรวม 5 สัปดาห์	55.57	79.62	80.56	47.97	66.23	97.26	69.11	181.94	63.15	29.45	4,815.49	97.45
	คะแนนเฉลี่ยรายสัปดาห์ (1 คน/1 สัปดาห์)	11.11	15.92	16.11	9.59	13.25	19.45	13.82	36.39	12.63	5.89	963.1	19.49
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.60	4.35	5.14	7.29	0.87	5.25	4.00	21.00	0.00	0.00	90.00	7.40
	วุ้นกะทิใบเตย 1 ขัน	1.55	0.22	2.02	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	46.94	11.33
	แกงจืดเต้าหู้ไข่ หมูสับ ใส่เลือด ตำลึง	1.89	4.50	3.32	1.16	16.82	6.77	9.64	3.79	2.86	2.13	343.31	0.32
	ไข่เจียวทรงเครื่องไก่สับ แครอท กะหล่ำ ปลี (ไข่ 1/2 ฟอง)	2.26	3.16	6.13	0.74	2.04	4.49	1.59	4.99	5.27	2.11	168.92	1.03
30/06/68	รวม	8.29	12.24	16.61	9.20	19.73	16.52	15.22	29.78	8.13	4.24	649.17	20.08
	คะแนนรวม 1 สัปดาห์	8.29	12.24	16.61	9.20	19.73	16.52	15.22	29.78	8.13	4.24	649.17	20.08
	คะแนนเฉลี่ยรายสัปดาห์ (1 คน/1 สัปดาห์)	8.29	12.24	16.61	9.20	19.73	16.52	15.22	29.78	8.13	4.24	649.17	20.08